بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

شروع اللہ کے نام سے جو بڑا مہربان نہایت رحم کرنے والا ہے

رَبِّ زِدْنِی عِلْماً

اے میرے رب میرے علم میں اضافہ فرما

وَاِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِيْنِ

اور جب میں بیمار ہوتا ہوں تو اللہ تعالیٰ تو ہی مجھے شفا دیتا ہے

Scanned with CamScanner

All rights reserved in the name of Author
Prof. Dr. Syed Nasir Shah

Book Name	:	101 Model Prescriptions for Family Physicians
Author	:	Prof. Dr. Syed Nasir Shah
Press	:	ColorCode Printers
First Edition	:	January 2022
Price	:	Rs. 600/-

Scanned with CamScanner

The distance between dream and reality is called action

Scanned with CamScanner

HOW TO FIND A PRESCRIPTION

1. This book consists of chapters which are organized in alphabetical order. The first chapter is Cardiology, which starts with the letter 'C', next is Dental Care which starts with the letter 'D'.
2. Within the chapter the disease are organized in alphabetical order for example in Cardiology the first disease is acute coronary syndrome starting with the letter 'a'.
3. Medicines of same generic formulas are written with forward slash, i.e, Tab. Rigix / Tab. Gixer / Tab. Zyrtec 10mg.
4. Medicines of same group but different formulas are written with "OR" in between drugs e.g,

   Tab. Avil 25mg

   OR

   Tab. Piriton 4mg

   OR

   Tab. Gixer 10mg
5. Different medicines which are included in the prescription are written with a "PLUS" between them, e.g.

   Tab. Augmentin 625mg

   PLUS

   Tab. Flagyl 400mg
6. The instructions to doctors are in the teaching points.
7. The formulas of medicines are written at the bottom of the page.

Scanned with CamScanner

CONTENTS

Sr. No.	Topic	Page No.
1	How to find a Prescription	v
2	Disclaimer	vi
3	Dedication	vii
4	Preface	viii
5	Essentials of Prescription	xiv
	CARDIOLOGY	
6	Acute Coronary Syndrome in a GP Clinic	3
7	Hypertension	4
8	Hypertension and LVF and Diabetes	5
9	Left Ventricular Failure	6
	DENTAL CARE	
10	Dental Pain	9
11	Gingivitis	10
12	Mouth Ulcers	11
13	Oral Thrush / Oral Candidiasis	12
	DERMATOLOGY	
14	Abscess	14
15	Acne (Milde Acne)	15
16	Acne (Moderate to Severe)	16
17	Eczema	17
18	Bacterial Skin Infection	18
19	Infected Eczema or Eczematized Infection	19
20	Fungal Skin Infection (Tenea Corporis Pedis etc.)	20
21	Generalized Itching	21
22	Head Lice	22
23	Malasma	23
24	Scabies	24
	ENDOCRINOLOGY	
25	Diabetes Type II (Prescription-1) (New onset Diabetes Type II	26

Scanned with CamScanner

26	Diabetes Type II (Prescription-2) (Uncontrolled on Metformin)	27
27	Diabetes Type II (Prescription-3) (Uncontrolled on Three Oral Hypoglycemics)	28
28	Hypothyroidism	29
29	Hyperthyroidism	30
	EMERGENCIES	
30	Acute Soft Tissue Injury	32
31	Acute Muscular Injury (SPASM) (Muscle Pull)	33
32	Acute Appendicitis	34
33	Acute Peritonitis in Primary Care	35
34	Acute Cholecystitis	36
35	Allergic Reactions	38
36	Bee Sting	39
37	Burns	40
38	Cannie Bite (Dog, Cat, Monkey)	41
39	Gunshot / Stab Wounds/Penetrating Abdominal Injury	43
40	Head Injury	44
41	Insect Bite / Beetles (Ticks, Fleas, Flies, Beetles etc.)	45
42	Rat Bite	46
43	Road Traffic Accidents Wounds (With Abrasions)	47
44	Scorpion Sting	48
	EAR, NOSE AND THROAT	
45	Acute Otitis Media	50
46	Acute on Chronic Otitis Media	52
47	Acute Sinusitis	53
48	Acute Laryngitis	55
49	Allergic Rhinitis	56
50	Bacterial Tonsillitis / Pharyngitis	57
51	Common Cold	58
52	Common Cold with Secondary Bacterial Infection	59
	EYE	
53	Viral Conjunctivitis	62

Scanned with CamScanner

54	Allergic Conjunctivitis	63
55	Bacterial Conjunctivitis	64
56	Stye or infected Chalazion or infection of eyelids	65
	OBSTETRICS AND GYNECOLOGY	
57	Menorrhagia Control	67
58	Vaginal Discharge (Without PID)	69
59	Pelvic Inflammatory Disease	70
	GASTROINTESTINAL MEDICINE	
60	Anal Fissure	72
61	Acute Viral Hepatitis in Children	73
62	Amebic Dysentery	75
63	Dysentery with Fever (Bacterial)	76
64	Diarrhea without Fever or GI Bleeding	77
65	Hiccups	79
66	Gastro Esophageal Reflux Disease (GERD)	80
67	Hemorrhoids	81
68	Irritable Bowel Syndrome (Diarrhea Predominant)	82
69	Irritable Bowel Syndrome (Constipation Predominant)	83
70	Perianal Infection / Abscess	84
	HEMATOLOGY	
71	Anemia (Iron Deficiency)	86
72	Iron Deficiency Anemia in Child	87
	INFECTIOUS DISEASE	
73	Brucellosis	89
74	Malaria	90
75	Typhoid / Paratyphoid / Severe Gut Infection	91
76	Urethral Discharge Syndrome in Men (STI)	93
77	Worm Infestation (Round worms)	94
	MUSCULOSKELETAL PROBLEMS	
78	Acute Low Back Pain with Sciatica	96
79	Chronic Low Back Pain with or Without Sciatica	98
80	Chronic Fatigue Syndrome (CFS)	100
81	Carpal Tunnel Syndrome	101
82	Frozen Shoulder	102

Scanned with CamScanner

83	Fibromyalgia	103
84	Gouty Arthritis (First Attack)	104
85	Osteoarthritis of Knees (Without Knee Effusion)	105
86	Osteoporosis	107
87	Plantar Fasciitis	108
88	Rheumatoid Arthritis	109
89	Vitamin D Deficiency	111
	NEUROLOGY	
90	Severe Cluster Headache	113
91	Migraine (More than 4 attacks per month)	114
92	Tension Headache	116
	NEPHROLOGY AND UROLOGY	
93	Benign Prostatic Hypertrophy	118
94	Lower Urinary Tract Infection (In a woman of child bearing age)	119
95	Renal Colic	121
96	Upper Urinary Tract Infection (Pyelonephritis / Prostatitis)	122
	PSYCHIATRY	
97	Depression	124
98	Generalized Anxiety Disorder (With or without Panic Attacks)	125
99	Insomnia	126
	PULMONOLOGY	
100	Asthma	128
101	Acute Bronchitis	129
102	Community Acquired Pneumonia (Mild to Moderate)	130
103	Atypical Community Acquired Pneumonia (Mild to Moderate)	131
104	Severe Community Acquired Pneumonia	132
105	COPD	134
106	Pulmonary Tuberculosis	135

Scanned with CamScanner

ESSENTIALS OF PRESCRIPTION

Every prescription should have the following contents:

Name :
Age :
Weight :

Date :
Gender :
Diagnosis :

Rx

1. DRUG BRAND NAME & GENERIC NAME

Clearly write the brand name of the drug and the generic name in the brackets because certain drugs are similar in spellings otherwise patient may get the wrong drug from the pharmacy.

Write only generic name, if asked to write prescription in exams like MCPS and MRCGP [INT].

2. FORM OF DRUG

Write whether drug is in the form of a capsule, tablet, syrup or injection.

3. STRENGTH OF THE DRUG

Write the strength of the drug such as 5mg, 10mg, 40mg or 80mg.

4. FREQUENCY OF MEDICATION

Write the frequency of medication such as once, twice, thrice daily.

5. ROUTE OF ADMINISTRATION

Do not forget to mention route of administration e.g., by mouth, sublingual, vaginally, rectally or by IM injection.

6. DURATION OF TREATMENT

Always specify duration of treatment e.g. Antibiotic for 7 to 10 days, oral hypoglycemic continuously etc.

7. RELATION TO FOOD

Mention relation with food for example. ATT, PPI are taken before meal, pain killers are taken after meals.

8. INVESTIGATIONS ADVISED

Write down the non-invasive investigations first & then invasive investigations on one side or corner of prescription.

9. PREVENTION

Mention non-pharmacological precautions to alleviate patient's problem e.g.,

Scanned with CamScanner

stop smoking and preventive measures like vaccination.

10. FOLLOW UP

Give precise follow up period with date and time written on prescriptions.Also mention what you want to check on follow up visit.

11. PLAN

If you are planning some changes in management in future, briefly mention for yourself, otherwise you may forget.

Signature of the Doctor

Scanned with CamScanner

ACUTE CORONARY SYNDROME IN A GP CLINIC

(Should be referred to a cardiac or tertiary care hospital)
(Few lifesaving steps may be taken before referral)

1.	Tab. Disprin 300mg **PLUS**	چبا کر پانی کے ساتھ نگلیں
2.	Tab. Angesid 0.5mg *(Do not give Angesid if there is hypotension or bradycardia)* **PLUS**	زبان کے نیچے رکھیں
3.	Inj. Tramal 100mg / Nalbin 10mg / Kinz 10mg **PLUS**	
4.	Inj. Gravinate 10mg **PLUS**	
5.	Oxygen 4-6 liters if O2 sat < 94%	

TEACHING POINTS:

* Strict bed rest in clinic till ambulance arrives.
* Call 1122 for ambulance with oxygen, monitor and defibrillator.
* Put IV cannula, which may be lifesaving if patient collapses.
* Educate family members / attendants about possible cardiac problem and need for referral.
* Do not give Angesid if there is bradycardia or hypotension.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Disprin	Soluble Aspirin
Angesid	Glyceryl Trinitrate
Tramal Nalbin / Kinz Gravinate	Tramadol Nalbufen Diphenhydrinate

Scanned with CamScanner

HYPERTENSION

(Diabetes or age less than 55 years)

1.	Tab. Cardace / Renitec / Cortec 10mg	ایک گولی رات کو
	OR	
	Tab. Zestril / Lame 10mg	ایک گولی رات کو
	OR	
	Tab. Zosartan / Sartan / Eziday 50mg	ایک گولی رات کو
	OR	
	Tab. Diovan / Valtec 80mg	ایک گولی رات کو

☆ نمک کم کھائیں۔

☆ واک کریں۔

☆ وزن کم کریں۔

TEACHING POINTS:

* Monitor blood pressure and gradually increase dose.
* Educate about cough when prescribing ACE-I.
* Keep an eye on serum potassium when using ACE-I or ARB.
* Continue lifestyle modifications and drugs for diabetes as per guidelines.
* In elderly, start with Calcium Channel Blocker or Diuretic, for example, Tab Norvasc/Softvasc/Zodip 5mg.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Cardiac / Renitec / Cortec	Enalapril
Zestril / Lame	Lisinopril
Zosartan / Sartan / Eziday	Losartan
Diovan / Valtec	Valsartan
Norvasc/Sofvasc/Zodip	Amlodipine

Scanned with CamScanner

HYPERTENSION AND LVF AND DIABETES

(Patients with chronic HTN, basal crepts and 3rd heart sound)

1.	Tab. Sitagliptan-Metformin 50/1000g **Plus**	ایک گولی صبح۔ایک گولی رات
2.	Tab. Sartan-H / Co-Eziday 50/12.5mg **Plus**	ایک گولی صبح کو
3.	Tab. Atorvastatin 20mg **Plus**	ایک گولی رات کو
4.	Tab. Loprin / Ascard 75mg	ایک گولی رات کو

TEACHING POINTS:

* Advise non-pharmacological treatment for diabetes and hypertension according to guidelines.
* Increase the dose of antihypertensive according to symptoms and keep a record of blood pressure and blood sugar.
* You can also use other ARBs in addition to above ARBs i.e., Tab. Co-Approval / Irecon-H 300/25mg (Irbesartan plus thiazide) once a day if blood pressure is not controlled.
* Hydrochlorthiazide may increase blood sugar, lipids and uric acid, cause weakness or body pains; be careful.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Sartan-H / Co-Eziday	Losartan + Hydrochlorthiazide
Loprin / Ascard	Coated Aspirin

Scanned with CamScanner

LEFT VENTRICULAR FAILURE

(Chronic Hypertension, Left Ventricular Hypertrophy, 3rd Heart Sound, C/o Shortness of breath , cough)

1.	Tab. Co-Renitec 10/12.5mg	ایک گولی صبح
	OR	
	Tab. Zestoretic 20/12.5mg	ایک گولی صبح
	OR	
	Tab. Zestoretic 10/2.5mg	ایک گولی صبح
	OR	
	Tab. Co-Eziday 50/12.5mg	ایک گولی صبح
	OR	
	Tab. Ire-Con-H 300/12.5mg	ایک گولی صبح
	OR	
	Tab. Zosartan 50mg	ایک گولی رات
	PLUS	
	Tab. Moduretic 50/5mg	ایک گولی صبح

TEACHING POINTS:

* Try to give combination of Thiazide Diuretic with either ACE-I or ARB.
* You can increase the dose of ACEI/ARB if diastolic blood pressure is high.
* You can split into two drugs e.g. ACEI/ARB in the evening and diuretic in morning.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Co-Renitec	Enalapril 10mg, Plus Hydrochlorthiazide 12.5mg
Zestoretic	Lisinopril 10mg, Plus Hydrochlorthiazide 12.5mg
Co-Eziday	Losartan 50mg, Plus Hydrochlorthiazide 12.5mg
Ire-Con-H	Irbesartan 300mg, Plus Hydrochlorthiazide 12.5mg

Scanned with CamScanner

Zosartan	Losartan 50mg
Moduretic	Hydrochlorthiazide 50mg, Plus Amiloride Hydrocloride 5mg

Scanned with CamScanner

DENTAL PAIN

1.	Tab. Ansaid 100mg	ایک گولی صبح۔شام کھانے کے بعد

TEACHING POINTS:

* Arrange referral to dentist for evaluation and scaling.
* Most common cause is infection of gums.
* Advise Sensodyn / Forhans / Medicam / Colgate active / Sense-T toothpaste after every meal
* Advise very soft brush.
* Advise Enzichlor / Listerin Mouth wash after meals

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Ansaid	Flurbiprofen

Scanned with CamScanner

GINGIVITIS

(Painful, swollen, foul-smelling, bleeding gums)

1.	Tab. Ansaid 100mg **PLUS**	صبح۔شام کھانے کے بعد
2.	Tab. Flagyl 400mg **PLUS**	صبح۔دوپہر۔شام
3.	Cap. Vibramycin 100mg **OR** Tab. Augmentin 625mg	صبح۔شام صبح۔دوپہر۔شام
4.	Enzichlor mouth wash	ہر کھانے کے بعد
5.	Sensodyne / Farhans Tooth Paste Sense-T Tooth Paste	پانچ دن کا کورس
6.	Very soft brush	

TEACHING POINTS:

* Referral to dentist for scaling and evaluation.
* Educate about brushing with soft brush for 1 to 2 minutes only after each meal.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Ansaid	Flurbiprofen
Flagyl	Metronidazole
Vibramycin	Doxycycline
Augmentin	Co-Amoxiclave

Scanned with CamScanner

MOUTH ULCERS

(Aphthous Ulcers)

(Recurrent, superficial, painful, acute-onset, sharp margins, changing position)

1.	Somogel / Bonjela / Xyloaid Jelly **Plus**	کھانے سے پانچ منٹ پہلے صرف اور صرف چھالوں پر لگائیں
2.	Kenalog in orabase cream **Plus**	کھانے کے بعد منہ دھونے کے بعد لگا کر 5 منٹ رکھیں۔
3.	Tab. Optilets-M / Unicap-M / Centrum / Theragran-M / Surbex Z	ایک گولی روزانہ تین ماہ بعد

TEACHING POINTS:

* If an ulcer does not heal in 3 weeks, refer for biopsy.
* If an ulcer has raised margins and is increasing in size, refer for biopsy.
* Advise balanced diet.
* If ulcers are due to stress, advise relaxation exercises, CBT with or without medicines.
* Advise to avoid spicy food.
* If ulcers do not heal in one week, try vibramycin (Doxycline) 100mg gargles three times a day for 3 days.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Somogel	Lignocaine, Menthol, Eucalyptol, Cetylpyridinium chloride, Ethanol
Bonjela	Choline salicylate, cetalkonium chloride
Xyloaid Jelly	Lignocaine, Polymixin B Sulphate, Neomycin, Zinc Bacitracin
Kenalog	Triamcinolone

Scanned with CamScanner

ORAL THRUSH / ORAL CANDIDIASIS

(Moniliasis)

(White, curdy patches in the mouth after antibiotic use, steroid use, steroid inhalers, chemotherapy or in diabetes and cancer patients)

1.	Nilstat oral solution **OR** Daktorin oral gel **PLUS**	صبح۔دوپہر۔شام منہ میں اچھی طرح لگا کر پانچ منٹ تک منہ میں رکھیں، پھر چاہے تھوک دیں یا چاہے نگل لیں۔
2.	Cap. Flucon / Diflucan 150mg	صرف ایک کیپسول کھانے کے بعد کھائیں۔

TEACHING POINTS:

* Screen for diabetes.
* Advise multivitamin if diet is not balanced.
* Always try to find the cause of oral thrush i.e., diabetes, use of antibiotics, use of steroids etc.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Nilstat oral solution	Nistatin
Daktorin oral gel	Miconazole
Flucon / Diflucan	Fluconazole

Scanned with CamScanner

ABSCESS

1.	Cap. Ampiclox 500mg **OR** Tab. Augmentin 625mg **Plus**	(2) دو کیپسول صبح دوپہر شام تین سے پانچ دن ایک گولی صبح دوپہر شام تین سے پانچ دن
2.	Tab. Ponston Forte 500mg / Dicloran 50mg / NISE 100mg	کھانے کے بعد ایک گولی صبح شام
3.	Kaolin Poultice Cream	پھوڑے پر لگائیں۔

TEACHING POINTS:

* Abscess needs drainage (either surgical incision or spontaneous drainage).
* If abscess is large, refer for incision and drainage.
* Check blood sugar.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Ampiclox	Ampicilin + Cloxacillin
Augmentin	Co-Amoxiclave
Ponston Forte	Mefenamic Acid
Dicloran	Diclofenac
NISE	Nimesulide

Scanned with CamScanner

ACNE

(Mild Acne)

(Commedones, erythema, no nodule or cyst or pustule)

1.	Clinagel / Clycin-T Lotion **PLUS**	رات کو لگائیں
2.	Bravoxyl Cream **OR** Skinoren Cream	رات کو لگائیں رات کو لگائیں

(چھ ماہ کا کورس)

TEACHING POINTS:

* Acne without nodules or pustules only needs topical antibiotics and comedolytics.
* Educate about no relation to food.
* Advise to avoid oily cosmetics.
* Advise to wash face twice or thrice daily with normal soaps.
* If acne appears in very young or old persons, evaluate for cushing syndrome, PCOS or use of steroids.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Clinagel	Clindramycin
Clycin-T Lotion	Clindramycin
Bravoxyl Cream	Benzyl peroxide
Skinoren Cream	Azielic Acid

Scanned with CamScanner

ACNE (MODERATE TO SEVERE)

(Nodules and Pustules)

1.	Clinagel / Clycin-T Lotion **PLUS**	رات کو لگائیں
2.	Bravoxyl / Skinoren Cream **PLUS**	رات کو لگائیں
3.	Cap. Vibramycin 100mg **OR** Cap. Azithromycin 250mg	ایک کیپسول صبح۔ایک رات جب تک دانے ختم نہ ہو جائیں پھر ایک کیپسول رات کو ایک کیپسول صبح۔ایک رات جب تک دانے ختم نہ ہو جائیں پھر ایک کیپسول رات کو

(چھ ماہ کا کورس)

TEACHING POINTS:

* Acne with nodules or pustules need oral antibiotics.
* Educate about no relation to food.
* Advise to avoid oily cosmetics.
* Advise to wash face twice or thrice daily with normal soaps.
* If acne appears in very young or old persons evaluate for cushing, PCO or use of steroids.
* Advise not to break pimples.
* Do not give Cap. Vibramycin in pregnancy or lactation.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Clinagel / Clycin-T Lotion	Clindramycin
Bravoxyl Skinoren Cream	Benzyl Peroxide Azielic Acid
Vibramycin	Doxycycline

Scanned with CamScanner

ECZEMA

1.	Hydrocortisone cream (Face) **OR** Betnovate Cream (Body) **OR** Dermovate Cream (Palms and soles or very thick skin) **PLUS**	چہرے پر صبح شام کریم لگائیں جسم پر کریم صبح شام لگائیں ہتھیلی اور پاؤں کے تلوؤں پر صبح شام لگائیں
2.	Tab. Atarax 25mg / Gixer 10mg / Kestine 10mg	ایک گولی صبح۔شام

TEACHING POINTS:

* If the eczema is oozing use "cream".
* If the eczema is dry and scaly use "ointment".
* Use mild steroid on face (e.g. Hydrocortisone) otherwise patient will develop cataract, glaucoma and telangectesia on face.
* Use steroid on different body parts according to potency.
* Never use Betnovate / Dermovate on face.
* Educate to avoid precipitating factors.
* For thick skin combination of steroid and salicylic acid can be used e.g., (Provate-S, Beprosalic, Betnovate-S).
* Prescribe white petroleum jelly or any moisturizing cream in addition to medicines.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Betnovate Cream	Betamethasone
Dermovate Cream	Clobetasol
Atarax	Hydroxyzine
Gixer	Citrizine
Kestine	Ebastine

Scanned with CamScanner

BACTERIAL SKIN INFECTION

(Folliculitis, cellulitis, erysipelas, impetigo, abscess, furunculosis or secondary bacterial infection)

1.	Cap. Ampiclox 500mg **OR** Tab. Augmentin 625mg **PLUS**	دو کیپسول صبح، دوپہر، شام تین سے پانچ دن ایک گولی صبح، دوپہر، شام تین سے پانچ دن
2.	Fusidin Cream / Fusil Cream / Polyfax skin ointment / Bactroban Cream / Mycitracin oint.	صبح شام مرہم لگائیں۔

TEACHING POINTS:

* Use Syrup. Ampiclox 250mg OR Syrup Augmentin in children

ایک چمچ صبح، دوپہر، شام چھ سال سے بارہ سال کے بچوں کیلئے

* Use proper dose of antibiotic to prevent resistance. Give two capsules of Ampiclox 500mg at a time. One capsule is under-dosing.
* Most common organisms are staph aureus and streptococcus, both of which are susceptible to Augmentin and Ampiclox.

INVESTIGATIONS

* Check blood sugar if infection is recurrent or extensive or family history is positive for diabetes.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Ampiclox	Ampicillin + Cloxacillin
Augmentin	Co-Amoxiclave
Fusidin / Fusil Cream	Fusidic Acid
Polyfax skin ointment	Bacitracin, Polymixin
Bactroban Cream	Mupirocin Ointment
Mycitracin ointment	Neomycin-bacitracn polymyxn

Scanned with CamScanner

INFECTED ECZEMA OR ECZEMATIZED INFECTION

(Signs of both infection and Eczema at the same time)

1.	Tab. Softin 10mg / Rigix 10mg / Gixer 10mg **PLUS**	ایک گولی صبح شام تین سے پانچ دن
2.	Cap. Ampiclox 500mg **OR** Tab. Calamox/Augmentin 625mg **PLUS**	دو کیپسول صبح دوپہر شام تین سے پانچ دن ایک گولی صبح دوپہر شام تین سے پانچ دن
3.	Fusidin-H Cream	صبح شام مرہم لگائیں

TEACHING POINTS:

* If allergic to Penicillin, use:
  Keflex 500mg three times a day.
  OR
  Cedrox 500mg three times a day.
  OR
  Erythrocin 500mg three times a day. ایک گولی صبح، دوپہر، شام

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Softin	Loratidine
Gixer / Rigix	Citrizine
Ampiclox	Ampicillin + Cloxacillin
Calamox/Augmentin	Co-Amoxiclave
Fusidin-H Cream	Fusidic Acid + Hydrocortisone

Scanned with CamScanner

FUNGAL SKIN INFECTION

(Tinea Corporis, Pedis etc.)

1.	Tab. Lamisil 250mg **PLUS**	ایک گولی رات (2 سے 4 ہفتے)
2.	Canesten / Clotrim / Dermosporin Cream	صبح۔شام لگائیں (6 ہفتے)

TEACHING POINTS:

* Check for diabetes.
* Do not give Lamisil if pregnant.
* Alternate antifungal is Itraconazole, but not safe in pregnancy.
* Advise to use loose cotton or lawn clothes.
* Give longer courses for nail or foot infection. (4-8 weeks)
* If tinea has element of eczema then advise Hydrozole / Daktacort cream (Clotrimazole + Hydrocortisone)
* Advise to keep body and feet dry.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Lamisil	Terbinafine
Canesten / Clotrim Dermosporin Cream	Clotrimazole
Hydrozole	Clotrimazole plus Hydrocortisone
Daktacort	Miconazole Plus Hydrocortisone

Scanned with CamScanner

GENERALIZED ITCHING

(Generalized pruritus without skin rash)

1.	Tab. Atarax 25mg **PLUS**	صبح۔دوپہر۔رات
2.	Johnson Baby lotion **PLUS**	صبح۔شام۔رات
3.	Johnson's Baby soap	

TEACHING POINTS:

* Evaluate for diabetes, hypothyroidism, obstructive jaundice, atopic dermatitis, helminth infestation, lymphoma etc.
* Check TSH, FBS, LFTs, CBC with peripheral film, ultrasound abdominal.
* Treat the cause if any.
* If visible rash, diagnose rash and treat accordingly.
* Also ask about use of medicated soaps which cause severe generalized pruritus.
* Advise to use skin moisturizer or simply oil after bathing.
* Advise to use cotton or lawn clothes.
* Advise to wash clothes with bar soaps instead of detergents.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Atarax	Hydroxyzine

Scanned with CamScanner

HEAD LICE

1.	English Antilice Shampoo **PLUS**	نہانے کیلئے
2.	Coopex Antilice Lotion	نہانے سے پہلے

ایک ہفتہ کے وقفہ سے شیمپو یا لوشن لگائیں جب تک کہ جوئیں ختم نہ ہو جائیں۔

TEACHING POINTS:

* These shampoo and lotions contain permethrin which is safe.
* Repeated application after one weak will eradicate the new lice which hatch from ova.
* Treat all household contacts.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
English Antilice Shampoo	Permethrin
Coopex Antilice Lotion	Permethrin

Scanned with CamScanner

MELASMA

1.	Hyderquin 1% Cream **PLUS**	رات کو لگائیں صبح صابن سے دھولیں۔ چھ ماہ لگائیں۔ دن کو دھوپ سے بچیں۔
2.	Tab. Iberet Folic / Sangobion **PLUS**	ایک گولی روزانہ
3.	Syp. Zantel	پوری بوتل ایک بار

TEACHING POINTS:

* Screen for anemia and helminths.
* Treat anemia and helminths.
* Increase strength of Hyderquin to 2% after 1 or 2 months.
* Use sun block (SPF 60%) during day or use P-Cap.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Hyderquin	Hydroquinone
Iberet Folic	Iron + folic acid + vitamins
Zantel	Albendazole
Sangobion	Iron + folic acid + vitamins

Scanned with CamScanner

SCABIES

1.	Lotrix Lotion **PLUS**	رات کو گردن سے نیچے نیچے پاؤں تک لگائیں۔
2.	Tab. Avil 25mg / Tab. Gixer 10mg	ایک گولی رات کو

☆ پورے جسم پر لگائیں، آٹھ گھنٹے دوا لگی رہنے دیں۔ اگر ضرورت ہو تو ایک ہفتے بعد دوبارہ لگا سکتے ہیں۔

☆ کپڑے، بیڈ شیٹ اور تکیہ کور بدل دیں۔

☆ میلے کپڑے سرف سے دھوئیں۔

☆ خارش ایک ہفتے بعد کم ہوگی۔

☆ سارے گھر والوں کو لگائیں چاہے خارش ہو یا نہ ہو۔

TEACHING POINTS:

* If the scabies rash is infected, give syp. / cap Ampiclox for 5 days
* Treat all family members on the same day.
* Counsel that itching will take one week to settle.
* Explain that lotion should be applied to back as well.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Lotrix Lotion	Permethrin 5%
Avil	Pheneramine
Gixer	Citrizine

Scanned with CamScanner

DIABETES (TYPE II) (PRESCRIPTION-1)

(New Onset Diabetes Type II)

1.	Tab. Glucophage / Neodipar 500mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔ایک رات
2.	Tab. Atorvastatin 20mg	ایک رات کو

پرہیز:

☆ چینی، گڑ، شکر، مٹھائی، بوتل، بیکری کی چیزیں، چاول، آلو، روٹی کم کھائیں۔

☆ سبزی، سلاد، دالیں، لوبیا، مرغی، انڈا، مچھلی کھائیں۔

☆ روزانہ ایک فروٹ کھا سکتے ہیں۔

☆ ایک گھنٹہ واک کریں۔

☆ وزن کم کریں

TEACHING POINTS:

* The basic problem in type 2 diabetes is insulin resistance, so Metformin is the drug of choice.
* If there are signs of insulin deficiency like weight loss, polyuria, polyphagia, polydipsia, then consider adding Insulin.
* Educate well about lifestyle changes and weight loss.
* Gradually increase the dose of Metformin to max of 2000 mg/day.
* Advise to take Metformin with meals if it causes GI upset.
* Advise creatinine eGFR, fasting lipid profile, examination of eye and feet at diagnosis and annually.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Glucophage / Neodipar	Metformin

Scanned with CamScanner

DIABETES (TYPE II) (PRESCRIPTION 2)

(Uncontrolled on Metformin)

1.	Tab. Sita-Met / Galvas-Met / Trivia-Met / Sitaglu-Met 50/500mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔ایک رات
2.	Tab. Atorvastatin 20mg	ایک رات کو

پرہیز:

- ☆ چینی، گڑ، شکر، مٹھائی، بوتل، بیکری کی چیزیں، چاول، آلو، روٹی کم کھائیں۔
- ☆ سبزی، سلاد، دالیں، لوبیا، مرغی، انڈا، مچھلی کھائیں۔
- ☆ روزانہ ایک فروٹ کھا سکتے ہیں۔
- ☆ ایک گھنٹہ واک کریں۔
- ☆ وزن کم کریں

TEACHING POINTS:

* If not controlled with Sitagliptan and Meformin add Sulphonylurea and increase Metformin to maximum of 2000mg/day.
* Tab. Daonil 5mg / Amaryl 2mg / Getryl 2mg / Diamicron MR 60mg
* Total Metformin should not exceed 2G per day.
* Keep an eye on creatinine or e-GFR.
* Reduce Metformin to half if e-GFR is between 30-45.
* Stop Metformin if e-GFR is less than 30.
* Intensify the non pharmacological measures.
* Check compliance.
* Advise creatinine eGFR, Fasting Lipid Profile, examination of eyes and feet at diagnosis and annually.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Sita-Met / Galvas-Met Trivia-Met / Sitaglu-Met	Sitagliptan Plus Metformin
Daonil	Glibenclamide
Amaryl / Getryl	Glimiperide
Diamicron	Gliclazide

Scanned with CamScanner

DIABETES (TYPE II) (PRESCRIPTION 3)

(Uncontrolled on three Oral hypoglycemics)

1.	Tab. Sitagliptan / Metformin 50/1000mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔ ایک رات
2.	Inj. Lantus 14 Units at night S/C	

TEACHING POINTS:

* Gradually increase the dose of Lantus insulin by 2 units.
* Achieve target of HbA1C of 6.5-7.0
* Intensify non pharmacological measures.
* If patient cannot afford lantus, then advise humulin-N as basal insulin at night.
* Educate about chances of hypoglycemia and its immediate remedy at home.
* Continue other life style changes as usual.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Lantus	Glargine

Scanned with CamScanner

HYPOTHYROIDISM

1.	Tab. Thyroxin 50mcg	صبح۔خالی پیٹ 2 گولیاں، پانی کے ساتھ۔

گولیوں کے بعد کھانا، دودھ، دوسری دوائیں مت کھائیں۔

TEACHING POINTS:

* Increase dose of Thyroxin after monitoring TSH.
* Check TSH 6 weeks after starting Thyroxin or changing dose of Thyroxin. Do not check TSH earlier than 6 weaks.
* Increase dose of Thyroxin by half tablet only. (i.e., 25mcg)
* Once TSH is normal, check TSH only annually
* Do not advise other medicines with Thyroxin specially iron, calcium, PPIs, H2 receptor blocker.
* Advise to take Thyroxin lifelong, half hour before breakfast.
* Screen for depression and suicidal ideations.
* Very carefully start Thyroxin in cardiac and hypertensive patients i.e., 25mcg and slowly titrate up.

Scanned with CamScanner

HYPERTHYROIDISM

1.	Tab. Inderal 40mg *(If patient does not have Asthma)* **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام
2.	Tab. NeoMercazole 5mg **OR** Tab. PTU 50mg (If pregnant)	صبح۔دوپہر۔شام صبح۔دوپہر۔شام

چھ ماہ کا کورس

TEACHING POINTS:

* Once you diagnose hyperthyroidism start Inderal to control symptoms.
* Check Thyroid scan to differentiate between diffuse or nodular thyroid.
* Then start Neomerkazole or PTU (In pregnant) to control hormone production after thyroid scan.
* Check CBC, TFT every 4-6 weeks for antithyroid drugs.
* Always make the patient eurhyroid with drugs.
* After 6-12 months, taper drugs.
* Grave's disease patient who relapse, make them euthyroid again with drugs, send for Radioactive Iodine Ablasion (RIA) or surgery.
* Send hyperthyroid patients due to solitary adenoma or multi nodular goiter for RIA or surgery once they are euthyroid on drugs, do not wait for 6-12 months.
* Always seek endocrinologist opinion in all cases of hyper thyroidism.
* Warn all patients to stop carbamizole and report back if they develop infections, specially sore throat.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Inderal	Propranolol
NeoMercazole	Methemazole / Carbimazole
PTU	Propylthiouracil

Scanned with CamScanner

ACUTE SOFT TISSUE INJURY

(Ankle sprain, fall, sports injury, overuse etc)
(Without external bleeding)

1.	Tab. Dicloran 50mg / Brufen 400mg / Naproxen 500mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام کھانے کے بعد ایک ہفتہ
2.	Froben Gel / Brufen cream / Feldene Cream / Dicloran Gel / Voltral Emugel	

☆ صبح۔دوپہر۔شام کریم لگائیں

☆ ٹھنڈی سکائی / ٹکور کریں

☆ آرام کریں۔

☆ متاثرہ حصے کو اونچا رکھیں

گرم پٹی (Crepe Bandage) استعمال کریں۔

TEACHING POINTS:

* Give PPI if patient already has GI upset, is elderly, on Asprin or on anticoagulants etc.
* Advise X-ray of affected part if trauma is severe, patient can't bear weight or has severe swelling/bruising.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Dicloran	Diclofenac
Brufen	Ibuprofen

Scanned with CamScanner

ACUTE MUSCULAR SPASM

(Muscle Pull)

1.	Tab. Dicloran 50mg / Brufen 400mg / Naproxen 500mg / Xobix 7.5mg / NISE 100mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔شام کھانے کے بعد 3دن
2.	Tab. Nuberol Forte / Diagesic / Wilgesic **OR** Tab. Ternalin 2mg / Movax 2mg	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام 3دن ایک گولی صبح۔شام

☆ آرام کریں۔

☆ بغیر وزن ڈالے متاثرہ جگہ کو حرکت میں رکھیں۔

☆ مالش کریں

TEACHING POINTS:

* Painful muscles develops spasms and spasms then increase pain. Therefore muscle relaxants help the patients.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Dicloran	Diclofenac
Brufen	Ibuprofen
Xobix	Meloxicam
NISE	Nimesulide
Nuberol Forte Diagesic / Wilgesic	Paracetamol Plus Orphanadrin
Tab. Ternalin / Movax	Tizanidine

Scanned with CamScanner

ACUTE APPENDICITIS

(Central abdominal pain, moving to right iliac fossa, with fever, nausea. On examination there may be tenderness in R.I.F., rebound tenderness, Rovsing's sign, obturator sign, psoas sign)

1.	Tab. Cefim 400mg / Cefspan / Fix-val **OR** Tab. Novidat 500mg **PLUS**	ایک کیپسول روزانہ ایک گولی صبح۔شام روزانہ
2.	Tab. Flagyl 400mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام ایک ہفتہ
3.	Tab. Panadol 500mg	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام

☆ دو دن کھانا بند، صرف نورس یا جام شیریں شربت پئیں۔
☆ دو دن بہت نرم غذا کھائیں مثلاً دہی، کھیر، جوس وغیرہ
☆ دو دن نرم غذا کھائیں مثلاً کھچڑی، شوربے والی روٹی، دلیہ اس کے بعد نارمل کھانا کھائیں۔
☆ اگر درد بڑھے یا برداشت سے زیادہ ہو تو ہسپتال جائیں۔
☆ اگر اُلٹیاں آئیں یا پاخانے سے خون آئے تو ہسپتال جائیں۔
☆ اگر پیٹ پھول جائے تو ہسپتال جائیں۔

TEACHING POINTS:

* Nowadays an episode of acute appendicitis is treated like a gut infection with antibiotics and bowel rest.
* There are a number of large clinical trials to support Non-Operative Treatment of Appendicitis (NOTA)
* Explain and write danger signs clearly as a safety net.
* Refer if the pain is severe or patient has risk factors.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Cefim / Cefspan / Fix-val	Cefixime
Novidat	Ciprofloxacin
Flagyl	Metronidazole
Panadol	Paracetamol

Scanned with CamScanner

ACUTE PERITONITIS IN PRIMARY CARE

(Abdominal Guarding / Rigidity)

1.	Inj. Ceftriaxone 1G I/V **PLUS**	ایک ٹیکہ صبح۔شام
2.	Inj. Flagyl 500mg I/V **PLUS**	ایک ٹیکہ صبح۔شام
3.	Infusion. Ringer lactate 1000cc I/V - Bolus then Infusion Ringer lactate 100 ml/hr till reaches hospital. **Plus**	
4.	Inj. Risek / Esso / Nexum 40 I/V	ایک ٹیکہ روزانہ

TEACHING POINTS:

* Refer for admission urgently.
* Put Nasogastric Tube
* Nothing per oral (NPO)
* Maintain record of Urine Output
* Use 18 Guage cannula
* Activate surgical team

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Flagyl	Metronidazole
Risek	Omeprazole
Esso / Nexum	Esomeprazole

Scanned with CamScanner

ACUTE CHOLECYSTITIS

(Right hypochondrial pain increasing on breathing, radiating to back, associated with fever and vomiting)

1.	Inj. Oxidil / Cefxone / Rocephin IG I/V **PLUS**	صبح۔شام
2.	Inj. Nospa / Spasfon I/V **PLUS**	صبح۔شام
3.	Inj. Gravinate 10ml I/V **PLUS**	صبح۔شام
4.	Inj. Provas Infusion 1000ml I/V	صبح۔شام

☆ تین دن کا کورس، پھر گولیاں شروع کریں۔

☆ غذا میں چکنائی بند کریں۔

☆ اگر طبیعت بہتر نہ ہو تو سرجن کو دکھائیں۔

TEACHING POINTS:

* Refer all sick patients to general surgeon for admission.
* Advise CBC, LFTs, Ultrasound.
* Once patient feels better on I/V, shift to oral.
* Complete 10 days course of antibiotic including three days of IV and seven days of oral.

*	Tab. Novidat 500mg **PLUS**	ایک گولی صبح ۔شام سات دن
*	Tab. Paracetamol 500mg **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام سات دن
*	Tab. Nospa Forte **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام سات دن
*	Tab. Gravinate 25mg	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام سات دن

Scanned with CamScanner

* If empyema on ultrasound or gall stones in biliary tract, refer urgently.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Oxidil / Cefxone / Rocephin	Ceftriaxone
Nospa Forte	Drotavarine
Provas Infusion	Paracetamol
Gravinate	Diphenhydrinate
Spasfon	Floroglucinolone plus Trimethofloroglucinolone

Scanned with CamScanner

ALLERGIC REACTIONS

(Drugs, Food, Chemical)

1.	Tab. Avil 25mg **OR** Tab. Piriton 4mg **OR** Tab. Telfast / Fexet 120mg **OR** Tab. Softin / Lorin NSA / Xylor10mg **OR** Tab. Rigix / Gixer / Zyrtec10mg **OR** Tab. Kestine 10mg	آدھی گولی صبح، آدھی گولی دوپہر، ایک گولی رات (پانچ دن) آدھی گولی صبح، آدھی گولی دوپہر، ایک گولی رات (پانچ دن) ایک گولی صبح۔ایک گولی رات ایک گولی صبح، ایک گولی رات ایک گولی صبح، ایک گولی رات ایک گولی رات

TEACHING POINTS:

* Identify the cause of allergy and try to control it.
* Give treatment for five days because allergy has a delayed phase as well which occurs on day three.
* For topical application advise calamine lotion as needed.
* Ask about soap, lotion, shampoo, food, detergents etc. as possible causes of allergy.
* Medicated soaps can also cause allergy.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Avil	Pheneramine
Piriton	Chlorpheniramine
Telfast / Fexet	Fexofenadine
Softin / Lorin NSA / Xylor	Loratidine
Rigix / Gixer / Zyrtec	Citrizine
Kestine	Ebastine

Scanned with CamScanner

BEE STING

1.	Tab. Avil 25mg **OR** Tab. Piriton 4mg	آدھی گولی صبح، آدھی گولی دوپہر، ایک گولی رات آدھی گولی صبح، آدھی گولی دوپہر، ایک گولی رات (تین دن)

☆ برف کی سکائی کریں۔

☆ طبیعت خراب ہوتو ہسپتال میں چلے جائیں۔

TEACHING POINTS:

* Bee sting contains venom. Causes edema and local allergic reaction (Angioedema)
* Educate about systemic absorption of venom which causes palpitation and changes in blood pressure and level of consciousness.
* Sometimes bee sting can cause anaphylactic reaction which will need adrenalin and other measures.
* For anaphylaxis:
  Two IV lines of 18G
  Two liters Ringer's Lactate
  Inj. Adrenalin 0.3 ml s/c Stat and repeat after 15 minutes if required.
  Inj. Avil I/V stat
  Inj. Hydrocortisone 250mg I/V Stat
* Refer for admission under observation
* Stings usually do not contain germs hence antibiotics are not usually required.
* Antibiotics are required for insect "bites" only, not "stings".

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Avil	Phenermine
Piriton	Chlorpheniramine

Scanned with CamScanner

1.	Polyfax Plus skin ointment (Green Polyfax) **OR** Xyloaid Cream **OR** Dermazine / Quench Cream **PLUS**	سبز رنگ کی مرہم صبح شام صبح شام مرہم لگائیں صبح شام مرہم لگائیں
2.	Inj. Imitat / Tetavax (I/M) (Stat)	

TEACHING POINTS:

* Usually burns do not need antibiotics in the beginning because germs are burnt as well
* When secondary bacterial infection occurs, antibiotics like Ampiclox or Augmentin should be used.
* Advise first dose of tetanus vaccine (Imitet) on first day, then second dose after one month and third dose after 2 months if the patient is not previously immunized. This will complete the primary immunization of the patient and he will not need TIG and ATS again.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Polyfax Plus skin ointment	Polymixin + Bacitracin + Lignocaine
Xyloaid Cream	Lignocaine, Polymixin, Neomycin, Zinc Bacitracin
Dermazine/Quench Cream	Silver Sulphadizine
Imitat / Tetavax	Tetanus Vaccine

Scanned with CamScanner

CANINE BITE (DOG, CAT, MONKEY)

(Treat as Rabies unless the animal is in custody under observation and looks normal)

1.	Inj. Rabies Immunoglobin I/M (Half around the bite and half I/M) (20 units per kg body weight) **PLUS**	
2.	Inj. Rabies Vaccine I/M or S/C Stat (Other doses at day (3,7,14,28) **PLUS**	
3.	Inj. Tetanus Vaccine I/M - 1 (If previous un-immunized then give two more doses (1,2 months) **PLUS**	
4.	Tab. Augmentin 625mg **PLUS**	صبح۔دوپہر۔شام
5.	Tab. Flagyl 400mg **PLUS**	صبح۔دوپہر۔شام
6.	Tab. Ponston Forte 500mg / Dicloran 50mg / Naproxin 500mg	صبح۔شام کھانے کے بعد

TEACHING POINTS:

* If the animal is rabied, runs away, or is killed consider it as rabied. Do not take risk.
* If the animal looks normal and is in custody under observation then hold immunoglobulin for upto10 days.
* If the animal dies or becomes rabied under custody then immediately give immunoglobulin as mentioned.
* Clean wound throughly with soap and water.
* Do not stitch wound of animal bite.
* If the person is not immunized against tetanus give tetanus immuneglobulin (TIG) I/M stat in addition to tetanus vaccine.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Augmentin	Co-Amoxiclave
Flagyl	Metronidazole
Ponston Forte	Mefenamic Acid
Dicloran	Diclofenac

Scanned with CamScanner

GUNSHOT / STAB WOUNDS / PENETRATING ABDOMINAL INJURY

1.	Inj. Ringer's lactate / Normal Saline 1000cc **PLUS**	
2.	Inj. Ceftriaxone IG I/V **PLUS**	
3.	Inj. Flagyl 500mg I/V	

TEACHING POINTS:

* Arrange referral (Immediate)
* Put 2 I/V lines of 18 guage.
* Stop oral diet and fluids (NPO)
* Put Nasogastric tube.
* Save sample for CBC, blood group and cross match.
* Check CBC, BUN, Creatinine, Electrolytes, blood sugar (In hospital)
* Activate surgical team for exploratory laparotomy.
* Control external bleeding by compression.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Flagyl	Metronidazole

Scanned with CamScanner

HEAD INJURY

(Without danger signs i.e. loss of consciousness, increasing headache, excessive vomiting, bleeding from nose or ear, CSF leak from nose or ear, seizure, drowsiness, fractured skull or neck)

1.	Tab. Panadol 500mg **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام
2.	Tab. Domel / Motilium 10mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام
3.	Tab. Stemetil 5mg	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام

TEACHING POINTS:

* Do not order CT Scan or admit without danger signs.
* Educate about danger signs as mentioned above.
* Check patient arousability by waking him up every two hours.
* Do not give sedative painkillers or antiemetics like Tramadol or Gravinate because these will confuse with the drowsiness of head injury.
* Do not give NSAID or Disprin because all NSAIDs have anti-platelet activity and can worsen bleeding.
* Advise light diet because diet-induced vomiting may confuse with vomiting of raised intracranial pressure.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol	Paracetamol
Domel / Motilium	Domperidone
Stemetil	Prochlorperazine

Scanned with CamScanner

INSECT BITE

(Ticks, Fleas, Flies, Beetles etc.)

1.	Tab. Avil 25mg **OR** Tab. Piriton 4mg **PLUS**	آدھی گولی صبح، آدھی گولی دوپہر، ایک گولی رات (تین دن) آدھی گولی صبح، آدھی گولی دوپہر، ایک گولی رات (تین دن)
2.	Tab. Augmentin / Calamox 625mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔ایک دوپہر۔ایک رات (تین دن)
3.	Fusidin-H Cream	زخم پر لگائیں

TEACHING POINTS:

* Bite of insect contains saliva, enzymes and germs.
* If there is surrounding erythema or cellulitus around the bite mark then give oral antibiotic.
* Advise cold compresses.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Avil	Pheneramine
Piriton	Chlorpheniramine
Augmentin / Calamox	Co-Amoxiclave
Fusidin-H	Fusidic acid + Hydroxortisone

Scanned with CamScanner

1.	Inj. Tetanus Vaccine I/M Stat **PLUS**	
2.	Tab. Augmentin 625mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپیر۔شام تین دن
3.	Tab. Flagyl 400mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپیر۔شام تین دن
4.	Tab. Panadol	دو گولیاں صبح۔دوپیر۔شام تین دن

TEACHING POINTS:

* Rodents like rats, rabbits, squirrels do not spread rabies. Only cover for tetanus.
* Wash wound thoroughly with soap and water.
* If the patient is not immunized against tetanus, then also give Inj. Tetanus Immune Globulin (TIG) I/M stat in addition to tetanus vaccine. Also give two more doses of vaccine at 1, 2 months.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Augmentin	Co-Amoxiclave
Flagyl	Metronidazole
Panadol	Paracetamol

Scanned with CamScanner

ROAD TRAFFIC ACCIDENT WOUNDS (WITH ABBRASIONS)

1.	Inj. Tetanus Toxoid I/M - 1 Stat *(If not immunized previously then give two more doses at (1,2 months)* **PLUS**	
2.	Tab. Augmentin 625mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام
3.	Tab. Flagyl 400mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام
4.	Tab. Dicloran 50mg / Brufen 400mg / Naproxen 500mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔شام پانچ دن
5.	Polyfax Plus skin ointment (Green)	کھانے کے بعد

TEACHING POINTS:

* If the patient is not immunized previously also give Inj. Tetanus Immune Globulin (TIG) I/M Stat
* If the person is immunized previously then only one dose of tetanus vaccine is enough.
* Wash wound thoroughly with soap and water.
* Look for neck injury, internal injury or shock.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Augmentin	Co-Amoxiclave
Flagyl	Metronidazole
Dicloran	Diclofenac
Brufen	Ibuprofen
Polyfax Plus	Polymixin + Bacitracin + Lignocaine

Scanned with CamScanner

SCORPION STING

1.	Inj. Xylocaine 2% (Plain)S/C around the sting site. **PLUS**	
2.	Tab. Diclofenac 50mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔ایک رات
3.	Cap. Pregabalin 75mg	ایک گولی صبح۔ایک رات (دو دن)

TEACHING POINTS:

* Scorpion sting contains neurotoxic venom and cause severe shooting pain which is unbearable.
* Educate about systemic absorption of venom which presents as tachycardia, hypotension and altered level of consciousness. Advise to go to hospital in such situations.
* Stings usually do not contain germs because of venom hence antibiotics are usually not required.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Xylocaine	Lignocaine

Scanned with CamScanner

1.	Tab. Panadol 500mg / Ponstan Forte 500mg / Brufen 200mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام (کھانے کے ساتھ) دو دن
2.	Cap. Amoxil 500mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام دس دن کا کورس مکمل کریں
3.	Xynosine Nasal Spray	ناک میں تین مرتبہ سپرے کریں دن میں چار مرتبہ یعنی صبح۔دوپہر۔شام ☆ صرف تین دن استعمال کریں ورنہ عادت ہو جائے گی ☆ بھاپ لیں۔

TEACHING POINTS:

* Prescribe antibiotics in otitis media if the child is less than 6 months of age, or otitis media is unilateral and severe, or bilateral, or child is at high risk for complications.

* If Penicillin allergy, give
  i. Tab. Klaricid 500mg ایک گولی صبح۔شام سات دن
  OR
  Cap. Keflex 500mg ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام دس دن
  ii. Xynosine is meant to open nasopharynx and eustasian tube.
  iii. If tympanic membrane ruptures, advise to keep ear dry by vaseline-soaked cotton. No need for ear drops in acute otitis media.
  iv. If only otitis externa, then give cipotic-D ear drops. صبح۔شام
  OR
  Lidosporin ear drops صبح۔دوپہر۔شام
  OR
  Genticyn-HC ear drops صبح۔دوپہر۔شام

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol	Paracetamol
Ponstan Forte	Mefenamic Acid
Brufen	Ibuprofen
Amoxil	Amoxicillin
Xynosine Nasal Spray	Xylometazolin
Klaricid	Clarithromycin
Keflex	Cefalexin
Cipotic-D	Ciprofloxacin Plus Dexamethasone
Lidosprin	Neomycin, Plus Polymyxin Plus Lignocaine
Genticyn-HC	Gentamicin Plus Hydrocortisone

Scanned with CamScanner

ACUTE ON CHRONIC OTITIS MEDIA

1.	Tab. Panadol / Ponstan **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام (کھانے کے ساتھ)
2.	Cap. Amoxil 500mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام دس دن
3.	Otosporin / Lidosporin Ear Drops **PLUS**	تین تین قطرے صبح۔دوپہر۔شام دو ہفتے

☆ کان کو خشک رکھیں۔نہاتے ہوئے کان کو پانی سے بچائیں۔

☆ کان کی صفائی رکھیں

TEACHING POINTS:

* Treat the acute episode as Acute otitis Media.
* Keep the ear dry.
* Educate patient about need of surgery.
* When ear becomes dry, send to ENT for tympanoplasty.
* Advise hygiene & dryness of ear at all times.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol	Paracetamol
Ponstan Forte	Mefenamic Acid
Amoxil	Amoxicillin
Otosporin ear drops	Neomycin sulphate, polymyxin sulphate and hydrocortisone
Lidosporin ear drops	Neomycin, Plus Polymyxin Plus Lignocaine

Scanned with CamScanner

ACUTE SINUSITIS

1.	Tab. Panadol / Ponstan **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام
2.	Xynosine Nasal Drops **PLUS**	ناک میں تین مرتبہ سپرے کریں یعنی صبح۔دوپہر۔شام صرف تین دن استعمال کریں ورنہ عادت ہو جائے گی
3.	Mucolator Sachet	ایک ساشے صبح۔دوپہر۔شام تین دن

☆ ناک کے ذریعے 20 منٹ تک بھاپ لیں۔

☆ یخنی، سوپ، جوشاندہ، قہوہ کا زیادہ استعمال کریں۔

TEACHING POINTS:

* Acute sinusitis is mostly viral.
* It commonly develops if anti-allergy like chlorpheniramine, citrizine are used which thicken the mucous and result in blockage of sinuses.
* Advise antibiotics only if there is high grade fever, purulent nasal discharge and patient is sick

FIRST LINE:

*	Cap. Amoxil 500mg	ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام دس دن
*	*If no improvement* Tab. Augmentin 625mg	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام دس دن

Scanned with CamScanner

*	If Penicillin Allergy, then Tab. Klaricid 500mg **OR** Cap. Keflex 500mg **OR** Cap Vibramycin 100mg *(Be careful about prgenancy)*	ایک گولی صبح۔شام سات دن ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام دس دن ایک کیپسول صبح۔شام دس دن

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol	Paracetamol
Ponstan	Mefenamic Acid
Xynosine Nasal Drops	Xylometazolin
Mucolator Sachet	Acetylcystine
Muconyl	Terbutalin + Guaifenesin
Keflex	Cephalexin
Klaricid	Clarithromycin
Vibramycin	Doxycycline

Scanned with CamScanner

ACUTE LARYNGITIS

1.	Tab. Ponstan Forte 500mg / Brufen 200mg / NISE 100mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام دودن کھانے کے بعد
2.	Tab. Telfast-D / Fexet-D	ایک گولی صبح۔شام پانچ دن

☆ بھاپ لیں۔
☆ یخنی، سوپ، جوشاندہ استعمال کریں۔
☆ بہت کم بولیں۔سرگوشی اور چیخنے سے بچیں۔
☆ اشاروں سے دوسروں کو سمجھائیں۔

TEACHING POINTS:

* Common causes are viral and allergy and do not need antibiotics.
* Voice rest is very important to reduce edema of larynx.
* If patient does not improve or is sick give:
  Cap. Amoxil 500mg دس دن ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام
* If the patient has stridor, never examine, never do any intervention and urgently refer to hospital where both ENT and Anesthetist are available (suspect epiglotittis)
* In hypertensive and cardiac patients do not write telfast-D / Fexet-D - Instead write Telfast120mg or Fexet 120mg because pseudoephidrine may be harmful.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Ponstan Forte	Mefenamic Acid
Brufen	Ibuprofen
NISE	Nimesulide
Telfast-D / Fexet-D	Fexotenadine + Pseudoephidrine
Chymoral Forte / Denzen DS	Serratopeptidases

Scanned with CamScanner

ALLERGIC RHINITIS

(Runny nose, clear nasal discharge, sneezing, relation to season, dust, perfumes etc.)

1.	Tab. Gixer / Zyrtec / Rigix 10mg **OR** Xylor 10mg **OR** Tab. Kestine 10mg **PLUS**	ایک گولی رات کو ایک گولی رات کو ایک گولی رات کو
2.	Tab. Montelukast 10mg / Myteka / Aerokast **PLUS**	ایک گولی رات کو
3.	Steroid nasal spray (Rhinoclenil, Flixonase) **OR** Steroid drops (Betnesol drops)	دونوں طرف کے نتھنوں میں صبح شام 2 سپرے کریں۔ دونوں نتھنوں میں صبح شام

TEACHING POINTS:

* Educate about avoidance of triggers like dust, animals, pets, flowers, smoke etc.
* Advise to cover mouth and nose during pollen season.
* Advise use of nasal drops instead of spray if there is nasal polyp or hypertrophy of terbinates.
* For non-affording patients, advise nasal drops which are much cheaper.
* Do not prescribe xynosine because patient will get used to it (can cause rhinitis medicamentosa).

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Gixer / Zyrtec / Rigix	Citrizine
Soften / Lorin NSA / Xylor	Loraditine
Kestine	Ebastine
Myteka / Aerokast / Monteget	Montelukast
Rhinoclenil / Flixonase	Steroid nasal spray
Betnesol drops	Steroid drops

Scanned with CamScanner

BACTERIAL TONSILLITIS / PHARYNGITIS

1.	Tab. Panadol / Calpol / Febrol 500mg **PLUS**	دو گولی صبح۔دوپہر۔شام حسب ضرورت
2.	Cap. Amoxil 500mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام ایک ہفتے کا کورس ضرور مکمل کریں
3.	Tab. Disprin 300mg	ایک گولی پانی میں گھول کر صبح۔ دوپہر۔شام غرارے کریں

TEACHING POINTS:

* Bacterial sore throat will have tender cervical lymph nodes near the angle of mandible, redness of tonsils or pus on tonsil, bad oral smell and painful swallowing.
* There will be no cough and nasal symptoms. If there are cough or nasal symptoms, then do not give antibiotic.
* If penicillin allergy, then give

Tab. Klaricid 500mg — ایک گولی صبح۔شام ایک ہفتہ

OR

Cap. Keflex 500mg — ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام ایک ہفتہ

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol / Calpol / Febrol	Paracetamol
Amoxil	Amoxicillin
Disprin	Soluble Aspirin
Klaricid	Clarithromycin
Keflex	Cephalexin

Scanned with CamScanner

COMMON COLD

(موسمی نزلہ زکام)

(Runny nose-blocked nose, sore throat, cough, mild fever, bodyaches)

1.	Tab. Panadol / Calpol / Febrol 500mg **PLUS**	صرف دو دن دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام پھر اگر ضرورت ہو تو کھائیں
3.	Joshanda	ایک پیکٹ پانی میں گھول کر صبح۔دوپہر۔شام

☆ بہت زیادہ ٹھنڈی اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔

☆ نیم گرم پانی میں تھوڑا سا نمک ڈال کر غرارے کریں۔

☆ پانی زیادہ پئیں۔

☆ طبیعت بگڑ جائے یا گردن میں درد ہو تو دوبارہ ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔

☆ سگریٹ نوشی ترک کر دیں۔

☆ نزلہ زکام 7 سے 10 دن میں خود ہی ٹھیک ہوگا۔

TEACHING POINTS:

* 90% sore throat is viral, not bacterial, so do not give antibiotics.
* Viral sore throat will not have enlarged cervical lymph nodes, tonsillar exudates or high fever.
* Viral has nasal symptoms. Bacterial has no nasal symptoms.
* Viral has cough, bacterial has no cough.
* Mild cough may persist for 3 weeks.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol / Calpol / Febrol	Paracetamol
Joshanda	Herbal Mixture

Scanned with CamScanner

COMMON COLD WITH SECONDARY BACTERIAL INFECTION

(موسمی نزلہ زکام اگر بگڑ جائے)

1.	Tab. Panadol / Calpol / Febrol 500mg **PLUS**	دو گولی صبح۔دوپہر۔شام جسم درد یا بخار کیلئے اگر ضرورت ہو
2.	Cap. Amoxil 500mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام سات دن ایک ہفتے کا کورس ضرور مکمل کریں
3.	Joshanda	ایک پیکٹ ایک کپ چائے میں گھول کر صبح دوپہر شام پئیں

☆ بہت زیادہ ٹھنڈی اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔

☆ نیم گرم پانی میں تھوڑا سا نمک ڈال کر غرارے کریں۔

☆ طبیعت بگڑ جائے یا گردن میں درد ہو تو دوبارہ ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔

☆ سگریٹ نوشی ترک کر دیں۔

☆ پانی زیادہ پئیں۔

TEACHING POINTS:

* 90% of sore throat is viral not bacterial.
* Viral sore throat will not have enlarged cervical lymph nodes, tonsillar exudates or high fever.
* Secondary bacterial infection will have high fever, purulent discharge, severe illness etc.
* If penicillin allergy then use
  Tab. Klaricid 500mg twice day for 1 week
  OR
  Cap. Keflex 500mg three times for 1 week.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol / Calpol / Febrol	Paracetamol
Amoxil	Amoxicillin
Joshanda	Herbal Mixture
Klaricid	Clarithromycin
Keflex	Cephalexin

Scanned with CamScanner

VIRAL CONJUNCTIVITIS

(Mostly Rhinovirus or Adenovirus; pre-auricular lymph nodes may be enlarged, contact history may be positive)

1.	Optachlor / Chloroptic / Genticyn eye drops **PLUS**	ایک قطرہ ہر ایک سے دو گھنٹے بعد (پانچ دن)
2.	Curine / Vasocon / Naphcon eye drops	ایک قطرہ صبح۔ دوپہر۔ شام (پانچ دن)
3.	Polyfax eye ointment at night	مرہم رات کو سوتے وقت آنکھوں میں لگائیں

☆ فریج کے پانی سے آنکھیں دھوئیں۔

☆ بار بار ہاتھ صابن سے دھوئیں۔

☆ دوسروں سے ہاتھ مت ملائیں۔

TEACHING POINTS:

* Give antibiotics to prevent secondary bacterial infection.
* Never give steroid drugs.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Optachlor / Chloroptic	Chloramphenical
Genticyn eye drops	Gentamycin
Polyfax eye ointment	Polymicin + Bactricin

Scanned with CamScanner

ALLERGIC CONJUNCTIVITIS

(Hallmark is itching and relation to allergens, common in pollen season and exposure to dust)

1.	Curine / Vasocon / Naphcon eye drops **PLUS**	ایک قطرہ صبح، دوپہر، شام پانچ دن
2.	Tab. Rigix 10mg / Gixer 10mg / Zyrtec 10mg / Xyzal 5mg	ایک گولی روزانہ پانچ دن

☆ آنکھیں فریج کے ٹھنڈے پانی سے دھوئیں۔

☆ دھوپ کا چشمہ یا Zero نمبر کا چشمہ استعمال کریں۔

☆ جس چیز سے تکلیف پیدا ہوتی ہے اس سے دُور رہیں۔

TEACHING POINTS:

* No steroid drops by family physician eg. Betnesol, Gentacin HC etc. We are not allowed to prescribe these.
* Treat like any other allergy.
* No antibiotics.
* If chronic allergic conjunctivitis leading to formation of papillae in eyelids with coble stone appearance give
  Histazolin (Chromoglycate) eye drops
  OR
  Cromil (Chromoglycate) eye drops
  OR
  Histalyn (Chromoglycate) eye drops

  ایک قطرہ صبح شام تین مہینے کا کورس

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Curine / Vasocon / Naphcon	Nephazolin
Rigix	Citrizine
Xyzal	Levocitrizine

Scanned with CamScanner

BACTERIAL CONJUNCTIVITIS

(Hallmark is sticky eyes, more redness and pus under the lids)

1.	Optachlor / Chloroptic / Genticyn eye drops **PLUS**	ایک قطرہ ہر ایک سے دو گھنٹے بعد (پانچ دن)
2.	Polyfax eye ointment at night	مرہم رات کے وقت آنکھوں میں سرمے کی طرح لگا کر سوئیں (پانچ دن) آنکھیں دھوئیں دن میں تین مرتبہ

TEACHING POINTS:

* Advise hand hygiene by washing hands with soap and water.
* Avoid sharing towel and soap.
* If not improving with simple drops, only then use Tobramycin eye drops.
* Be careful about eye drops with word "dex" in the name which stands for Dexamethasone.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Optachlor / Chloroptic	Chloramphenical
Genticyn eye drops	Gentamycin
Polyfax eye ointment	Polymicin + Bactricin

Scanned with CamScanner

STYE

1.	Chloroptic / Optachlor eye ointment **PLUS**	مرہم رات کو سوتے وقت آنکھوں میں لگائیں
2.	Chloroptic / Optachlor / Genticyn eye drops	ایک قطرہ صبح۔دوپہر۔رات

☆ گرم سکائی / ٹکور کریں۔

TEACHING POINTS:

* Always ask about vision and diplopia.
* If vision is reduced or diplopia occurs refer due to possibility of orbital celulitis.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Chloroptic / Optachlor	Chloramphenicol
Genticyn	Gentamycin

Scanned with CamScanner

INFECTED STYE OR CHALAZION WITH CELLULITIS

(Treat as normal skin infection anywhere in the body)

1.	Cap. Ampiclox 500mg **OR** Tab. Augmentin 625mg **PLUS**	دو کیپسول صبح، دوپہر، شام ایک گولی صبح، دوپہر، شام پانچ دن
2.	Chloroptic / Optachlor / Genticyn eye drops	ایک قطرہ صبح۔دوپہر۔رات

گرم سکائی / ٹکور کریں۔ ☆

TEACHING POINTS:

* Always ask about vision and diplopia.
* If vision is reduced or diplopia occurs refer due to possibility of orbital celulitis.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Ampiclox	Ampicillin + Cloxacillin
Augmentin	Co-Amoxiclave
Chloroptic / Optachlor	Chloramphenicol
Genticyn eye drops	Gentamycin

Scanned with CamScanner

MENORRHAGIA CONTROL

1.	Tab. Ponstan Forte **PLUS** Cap. Transamine 500mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔ دوپہر۔ شام کھانے کے بعد ایک کیپسول صبح۔ دوپہر۔ شام (ماہواری کے دوران)
2.	Tab. Iberet Folic **PLUS** Tab. Neurobion **PLUS**	ایک گولی روزانہ ایک گولی روزانہ
3.	Tab. Famila 28mg	ایک گولی روزانہ

INVESTIGATIONS ADVISED:

* TSH, CBC
* Ultrasound Pelvis

TEACHING POINTS:

* Regulate mental cycle.
* Treat anemia.
* Counsel well about use of oral contraceptive and its benefits.
* If danger signs are present or age is more than 35 years, get ultrasound pelvis done and do not give Famila. Advise primolut-N.
* Tab. Primolut-N 5mg

-1 ایک گولی روزانہ ایک ماہ تک -3 پھر ایک گولی روزانہ ایک ماہ کھائیں
-2 ایک ہفتہ ناغہ -4 پھر ایک ماہ کا ناغہ

* If danger signs are present like fever, weight loss, new onset dysmenorrhea or complex cyst, refer to gynecologist.
* Rule out thyroid disorder by assessing TSH
* Do not give Famila if the patient has migraine with aura.
* Refer to Gynecologist for insertion of Mirena (Levonorgestred-IUD) if the woman does not want to conceive.
* Avoid Famila if menses are already regular.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Ponstan Forte	Mefenamic Acid
Transamine	Tranexamic Acid
Iberet Folic	Ferrous Sulphate + Folic Acid
Neurobion	Vitamin B1, B6, B12
Famila 28mg	Levonorgestrel and ethinyl estradiol

Scanned with CamScanner

VAGINAL DISCHARGE (WITHOUT PID)

(Related to sexual activity)

1.	Cap. Cefim / Cefspan / Cebosh 400mg **PLUS**	ایک کیپسول۔صرف ایک مرتبہ
2.	Tab. Azomax / Zetro 500mg **PLUS**	دو گولی صرف ایک مرتبہ
3.	Tab. Flagyl 400mg	پانچ گولی۔صرف ایک مرتبہ

TEACHING POINTS:

* Advise condoms.
* Advise safe sexual practices.
* Educate about other STIs like HIV, Hepatitis B, Hepatitis C, Syphilis.
* Counsel about screening for STI.
* Advise Hepatitis B sAg, HIV 1 and 2 screening, VDRL
  Cap. Cefspan / Cefim / Cebosch 400mg 1 stat
  Tab. Azomax / Zetro 500mg 2 stat
  Plus
* Tab. Flagyl 400mg 5 tablets Stat.
* Treat husband with same prescription.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Cefim / Cefspan / Cebosh	Cefixime
Azomax / Zetro	Azithromycin
Flagyl	Metronidazole

Scanned with CamScanner

PELVIC INFLAMMATORY DISEASE

(Related to sexual activity)

1.	Tab. Ofloxin / Oflobid / Curitol 400mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔شام (چودہ دن)
2.	Tab. Flagyl 400mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام (چودہ دن)
3.	Cap. Vibramycin 100mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔شام (چودہ دن) چودہ دن کا کورس ختم ہونے کے بعد اندرونی حصے کی دوائی استعمال کریں۔
4.	Canesten Vaginal tablet 500mg **OR** Cap. Diflucan / Flucon 150mg	اندر رکھیں ایک گولی صرف ایک مرتبہ ایک گولی صرف ایک مرتبہ کھائیں

TEACHING POINTS:

* Treat husband / partner with Cefim PLUS Azithro PLUS Metro in stat doses
* After 2 weeks of antibiotics, patient may develop candidial vaginitis hence treat patient for candidia after completion of antibiotics. Give Canestin or Fluconazole at the end of antibiotic course.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Ofloxin / Oflobid / Curitol	Ofloxacin
Flagyl	Metronidazole
Vibramycin	Doxycycline
Canesten Vaginal tablet	Clotrimazole
Diflucan / Flucon	Fluconazole

Scanned with CamScanner

ANAL FISSURE

1.	Tab. Laxoberon **PLUS**	تین گولی صبح شام
2.	Tab. NISE 100mg / Dicloran 50mg / Ponstan Forte 500mg **PLUS**	ایک گولی صبح شام کھانے کے بعد
3.	Xylo-Aid Jelly / Tronolone cream **PLUS**	پاخانے سے پہلے لگائیں
4.	GTN 4% Cream	پاخانے سے پہلے لگائیں

☆ اسپغول کا چھلکا دو گلاس پانی کے ساتھ روزانہ استعمال کریں۔

☆ کھانے میں سلاد، سبزیاں اور فروٹ زیادہ استعمال کریں۔

☆ پانی زیادہ پئیں۔

TEACHING POINTS:

* Avoid constipation
* Soften stools by prescribing laxatives till recovery
* If recurrent, refer to surgeon.
* Advise to stop straining while passing stools.
* Advise sitz bath.
* Xylo-Aid/Tronolone give symptomatic relief.
* GTN relaxes the sphincter.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Laxoberon	Picosylate
NISE	Nimesulide
Dicloran	Diclofenac
Ponstan Forte	Mefenamic Acid
Xylo-Aid Jelly	Lignocaine Jelly
GTN 4% Cream	Glyceryl Trinitrate Cream
Tronolone	Pramoxine

Scanned with CamScanner

1.	Tab. Maxalon 10 mg **PLUS**	ایک چمچ صبح۔دوپہر۔رات (کھانے سے پہلے)
2.	Syp. Ponstan / Brufen **PLUS**	ایک چمچ صبح۔دوپہر۔رات (کھانے کے بعد)
3.	Energile / Glaxose-D	حسب ضرورت

☆ آرام کریں۔

☆ کوئی پرہیز نہیں ہے جس چیز سے الٹی آتی ہو وہ نہ کھائیں۔

☆ اگر غنودگی ہو تو ہسپتال چلے جائیں۔

☆ اگر بہت زیادہ الٹیاں ہوں تو داخل ہو کر ڈرپ لگوائیں۔

TEACHING POINTS:

* Advise SGPT (ALT) if you suspect acute viral hepatitis. Should be more than 10 times the normal level to diagnose acute viral hepatitis.
* Repeat SGPT (ALT) after one month to see resolution.
* Advise Hepatitis A IgM first because this is the most common cause.
* If negative then advise Hepatitis E IgM and Hepatitis B core IgM.
* Hepatitis B sAg may come out normal during acute phase because of window period.
* Educate about early symptoms of fulminating hepatic failure i.e., drowsiness, seizures etc.
* Advise to separate soap, towel and washroom if Hepatitis A or E because they spread through feco-oral route.
* Do not prescribe Siliver or Hepamerz.
* Do not prescribe multivitamins.
* Do not prescribe Paracetamol.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Maxalon	Metoclopramide
Ponstan	Mefenamic Acid
Brufen	Ibuprofen
Energile / Glaxose-D	Glucose

Scanned with CamScanner

AMEBIC DYSENTERY
(Bloody diarrhea)

1.	Tab. Flagyl 400mg	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام ایک ہفتہ

چند احتیاطیں:

☆ دہی اور اسپغول کا چھلکا روزانہ کھائیں۔
☆ بازار کی چیزوں سے احتیاط کریں۔
☆ کھانے سے پہلے ہاتھ دھوئیں۔
☆ گوشت، انڈے وغیرہ اچھی طرح پکائیں۔
☆ سبزی، سلاد، فروٹ اچھی طرح دھوئیں۔

TEACHING POINTS:

* Do not give unnecessary antibiotics like Ciprofloxacin when there is no fever; it is more likely to be amebic.
* Give antibiotic if patient is not improving with Metronidazole or has fever.
* If dysentry is chronic and recurrent, there are chances of cysts of Entamoeba histolytica. Prescribe Tab. Entamizole DS three times for 10 days.
* Also ask about symptoms concerning for worms and treat accordingly.
* Advise food hygiene and hand washing.
* Ask about similar symptoms in other family members and treat accordingly.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Flagyl	Metronidazole
Entamizole DS	Metronidazole Plus Diloxanide Furate

Scanned with CamScanner

DYSENTERY WITH FEVER (BACTERIAL)

(Bloody diarrhea)

1.	Tab. Ciprofloxacin 500mg **OR** Tab. Septran-DS 160/800g **OR** Tab. Cefspan / Cefim 400mg۔	ایک گولی صبح۔شام ایک ہفتہ ایک گولی صبح۔شام ایک ہفتہ ایک کیپسول صبح روزانہ ایک ہفتہ

☆ دہی میں اسپغول کا چھلکا ملا کر کھائیں۔

☆ بازار کی چیزوں سے احتیاط کریں۔

☆ کھانے سے پہلے ہاتھ دھوئیں۔

☆ گوشت، انڈے وغیرہ اچھی طرح پکائیں

☆ سبزی، سلاد، فروٹ اچھی طرح دھوئیں۔

TEACHING POINTS:

* If patient is not improving with above antibiotics, then add Flagyl 400mg thrice a day.
* Do not write Ciprofloxacin and Flagyl together from the start.
* If the patient has rectal cramps advise either,
  Tab. Nospa Forte **OR**
  Tab. Spasfon **OR**
  Tab. Spasrid **OR**
  Tab. Buscopan plus

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Septran-DS	Trimethoprim + Sulphamethoxazole
Cefspan / Cefim	Cefixime

Scanned with CamScanner

DIARRHEA WITHOUT FEVER OR GI BLEEDING

(Acute watery diarrhoea is mostly viral, there is no fever or blood in stools)

1.	ORS **PLUS**	حسب ضرورت ہر دست یا الٹی کے بعد
2.	Tab. Motilium 10mg/ Maxalon10mg/Gravinate 25mg **PLUS**	ایک گولی صبح، دوپہر، شام
3.	Syp. Zincat-OD *(In children only)*	ایک چمچ روزانہ دو ہفتے

☆ پانی زیادہ پئیں۔

☆ دہی اور اسپغول کا روزانہ استعمال۔

☆ کھچڑی، دہی، کیلے کھائیں۔

☆ دودھ، عارضی طور پر روک دیں۔ دہی زیادہ کھائیں۔

☆ اگر غنودگی آئے، زیادہ کمزوری ہو، چھ گھنٹے میں پیشاب نہ آئے یا کھانا پینا بند ہو جائے یا زیادہ الٹیاں آئیں تو ہسپتال میں داخل ہو کر ڈرپ لگوائیں۔

TEACHING POINTS:

* Educate about self treatment for diarrhea with ORS and diet.
* Explain danger signs well if sending patient home.
* If danger signs are present, then
  Put IV line
  Give Ceftriaxone at 100mg/kg/day in children and 1000mg twice daily in adults
  Start Ringer lactate 1000cc bolus and then 100ml / hour
  Give Injection Gravinate for vomiting
  Refer for admission
* Zinc only works in children, not in adults
* No need for probiotics if taking yogurt
* Advise food hygiene and hand hygiene

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Motilium	Domperidone
Maxalon	Metoclopramide
Gravinate	Diphenhydrinate
Zincat-OD	Zinc

Scanned with CamScanner

HICCUPS

(Intractable Hiccups)

1.	Tab. Largectil 100mg **OR** Tab. Stemetil 5mg **PLUS**	آدھی گولی صبح۔ آدھی گولی رات ایک گولی صبح۔دوپہر۔رات
2.	Cap. Gabica 50mg	ایک کیپسول صبح۔ ایک رات

☆ آئس کریم یا ٹھنڈا پانی پئیں۔

TEACHING POINTS:

* The drug of choice for hiccups is not available unfortunately.
* All other options like stemetil and pregabalin have little effect.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Largectil	Chlorpromazine
Stemetil	Prochlorperazine
Grabica	Pregabalin

Scanned with CamScanner

GASTRO ESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD)

(Without danger signs like fever, weight loss, dysphagia to solids, hematemesis, no family history of stomach cancer)

1.	Cap. Risek / Nexum / Esso 20mg **PLUS**	رات کھانے سے پہلے
2.	Syp. Gaviscon	دو چمچے کھانے کے بعد (صبح۔شام)

☆ رات کا کھانا جلدی کھائیں۔
☆ رات کا کھانا کم کھائیں۔
☆ کھانے سے پہلے پانی پئیں اور کھانے کے بعد پانی، چائے، دودھ، جوس وغیرہ مت پئیں۔
☆ کھانے کے تین سے چار گھنٹے بعد سوئیں۔
☆ سرہانے کی طرف جو پائے ہیں اس کے نیچے دو اینٹیں رکھیں۔
☆ تنگ کپڑوں میں مت سوئیں۔
☆ وزن کم کریں۔
☆ واک کریں۔

پرہیز:

چینی، چاول، آلو، بیکری کی چیزیں، تلی ہوئی چیزیں، مرچ مصالحوں کی چیزیں وغیرہ۔ سگریٹ نوشی بند کر دیں۔

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Risek	Omeprazole
Nexum	Esomeprazole
Esso	Esomeprazole
Gaviscon	Alginate

Scanned with CamScanner

HEMORRHOIDS

1.	Syp. Lactulose OR Tab. Laxoberon	دو چمچ صبح۔شام تین گولیاں شام

☆ کھانے میں سلاد، سبزیاں، فروٹ زیادہ استعمال کریں۔

☆ پانی روزانہ تین سے چار لیٹر پئیں۔

☆ قبض سے بچیں۔

☆ ناشتے میں تھوڑا سا مکھن کھائیں۔

☆ باتھ روم میں کبھی زور مت لگائیں۔

☆ پاخانے کی قدرتی حاجت کے وقت باتھ روم ضرور جائیں۔

☆ زبردستی زور لگا کر پاخانہ کرنے کی کبھی کوشش نہ کریں۔

☆ اسپغول کا چھلکا روزانہ استعمال کریں۔

TEACHING POINTS:

* Keep stools soft.
* Avoid straining while passing stools.
* Treat constipation.
* Advise psyllium (Isphagul) on regular basis.
* If hemorrhides are large and prolapsing, refer for band ligation.
* You can perform band ligation in your GP clinic.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Laxoberon	Picosulfate

Scanned with CamScanner

IRRITABLE BOWEL SYNDROME

(Diarrhoea Predominant)

1.	Tab. Tryptonal 25mg **PLUS**	ایک گولی رات 8 بجے
2.	Tab. Imodium **PLUS**	ایک کیپسول حسب ضرورت دست کیلئے
3.	Tab. Colofac / Colospas 135mg	حسب ضرورت پیٹ کے درد کیلئے

☆ دہی میں اسپغول کا چھلکا ڈال کر کھائیں۔

☆ جس کھانے سے دست ہوتے ہوں یا پیٹ میں گیس ہوتی ہو اس سے پرہیز کریں۔

☆ روزانہ واک کریں۔

☆ ماہر نفسیات سے اپنی CBT کرائیں۔

☆ اگر پاخانے میں خون آئے، بخار ہو یا وزن کم ہو جائے تو ڈاکٹر سے دوبارہ مشورہ کریں۔

TEACHING POINTS:

* Reassure the patients. Explain the relation of stress with IBS, explain danger signs like fever, weight loss, bleeding per rectum, severe pain or nocturnal pain and advise to return if these develop.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Tryptonal	Amitriptyline
Imodium	Lomperamide
Colofac / Colospas	Mebeverine

Scanned with CamScanner

IRRITABLE BOWEL SYNDROME

(Constipation Predominant)

1.	Tab. Citanew 10mg / Seradep 10mg / Estar 10 mg **OR** Cap. Prozac 20mg / Zauxet 20mg / Depex 20mg **OR** Tab. Sert 50mg/Zoloft 50mg/ Serlin 50mg **PLUS**	رات کو کھانے کے بعد صبح ناشتے کے بعد رات کو کھانے کے بعد
2.	Tab. Laxoberon **PLUS**	2-4 گولیاں رات کو
3.	Tab. Ganaton 50mg / Itoperide 500mg / Peride 50mg	صبح۔شام کھانے سے پہلے

☆ واک کریں۔
☆ پانی زیادہ پئیں۔
☆ دہی+اسپغول روزانہ کھائیں۔
☆ جس کھانے سے قبض ہوتی ہو اس سے پرہیز کریں

TEACHING POINTS:

* Reassure the patients. Explain the relation of stress with IBS, explain danger signs like fever, weight loss, bleeding per rectum, severe pain or nocturnal pain and advise to come back if there develop.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Citanew / Seradep / Estar	Escitalopram
Prozac / Zauxet / Depex	Fluoxetine
Imodium	Loperamide
Colofac / Colospas	Mebeverine
Ganaton / Itoperide / Peride	Itopride
Sert / Zoloft / Serlin	Sertraline

Scanned with CamScanner

PERIANAL INFECTION / ABSCESS

1.	Ciprofloxacin 500mg **OR** Cefixime 400mg **PLUS**	ایک گولی صبح شام پانچ دن ایک کیپسول روزانہ پانچ دن
2.	Tab. Flagyl 400mg **PLUS**	ایک گولی صبح دوپہر شام پانچ دن
3.	Tab. Dicloran 50mg **PLUS**	ایک گولی صبح شام تین دن (کھانے کے ساتھ)
4.	Cap. Esso 20mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح شام تین دن (کھانے سے پہلے)
5.	Tab. Laxoberon	تین گولیاں صبح شام تین دن

☆ اسپغول کا چھلکا روزانہ استعمال۔

☆ نیم گرم پانی کے ٹب میں بیٹھیں۔

☆ سرجن کو دکھائیں۔

☆ صفائی کا خیال رکھیں۔

TEACHING POINTS:

* Keep stools soft in all perianal conditions.
* Advise sitz bath in all painful anal conditions.
* Refer to surgeon for drainage of abscess.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Flagyl	Metronidazole
Dicloran	Diclofenac
Esso	Esomeprazole
Laxoberon	Picosylate

Scanned with CamScanner

ANEMIA (IRON DEFICIENCY)

1.	Tab. Iberet Folic / Sangobion / Fefol-Vit **PLUS**	ایک گولی دوپہر کو کھانے کے دوران چھ ماہ کا کورس
2.	Tab. Methycobal / Mecobal / Neuromet 500mcg **PLUS**	ایک گولی دوپہر کو چھ ماہ
3.	Syp. Zantel	ایک پوری بوتل آج دوسری پوری بوتل ایک ہفتے بعد

گوشت، کلیجی، پالک، ساگ، کھجور زیادہ کھائیں۔

TEACHING POINTS:

* Vitamin B-12 is required for two purposes, i.e. as ingredient for hemopoiesis and secondly as a co-enzyme in hemopoiesis.
* No need of IV iron if the patient can take oral iron.
* If the patient has gastric or intestinal problem, give IV vitamin B-12 to improve absorption.
* Best Iron which is close to body iron is Ferrous sulphate, so always start with Ferrous sulphate.
* Give Iron, Folic Acid, B-12 for at least 6-12 months to replenish body iron stores.
* If the patient cannot tolerate Ferrous sulphate then consider Iron polymaltose (Maltofer, Polyfer, Ferrosoft)
* Advise iron rich diet such as meat, liver, green leafy vegetable, dates.
* Fruits like apple have very little iron.
* Reduce intake of tea because it reduces absorption of iron.
* Vitamin C in the form of atres fruits, lemon, tablets increases absorption of iron.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Iberet Folic / Sangobion / Fefol-Vit	Iron Plus Folic Acid
Methycobal / Mecobal / Neuromet	Vitamin B-12
Zantel	Albendazole

Scanned with CamScanner

IRON DEFICIENCY (ANEMIA) IN CHILD

1.	Syp. Iberet / Sangobion / Polyfer / Maltofer / Ferrosoft *(Dose 6mg/kg/day for six months)* **PLUS**	
2.	Syp. Lederplex / Vidaylin-M **PLUS**	ایک چمچ روزانہ ایک ماہ
3.	Syp. Zantel stat	ایک بوتل ابھی پلائیں دوسری بوتل ایک ہفتے بعد پلائیں

TEACHING POINTS:

* Give iron for six months to replenish body iron stores.
* If patient does not improve, check for thalassemia minor.
* Deworm all children every 6-12 months.
* Advise meat liver, green leafy vegetables, dates.
* Do not scold children if they eat soil.
* Do not put chillies in soil.
* Educate about pica.
* Generally iron deficiency is so common that confirmation by ferritin is not required in general practice.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Iberet / Sangobion / Polyfer / Maltofer Ferrosoft	Iron plus Vitamin
Lederplex / Vidaylin-M / Incremin	Multivitamins
Zantel	Albendazole

Scanned with CamScanner

BRUCELLOSIS

1.	Cap. Vibramycin 100mg **PLUS**	صبح۔شام
2.	Tab. Rifampicin 600mg	صبح

چھ ہفتے کا کورس

TEACHING POINTS:

* Consider brucellosis in patients with chronic fever, abdominal pain, recurrent abortions etc.
* Ask about use of unboiled milk or contact with animals.
* If Rifampicin is not available in the market, then advise Tab. Rimactal-INH 600/300mg.
* If Rimactal-INH is also not available then alternatively advise Tab. Septran DS 160/800mg twice for six weeks.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Vibramycin	Doxycycline
Septran DS	Trimethoprim + Sulphamethoxazale
Rifampicin	Rifampicin

Scanned with CamScanner

MALARIA

(Treat falciparum and vivax differently)

1.	*If Falciparun or severe Vivax;* Tab. Artem DS plus / Maladar / Mal Era / Arceva 80/480mg **OR**	ایک گولی صبح۔شام صرف تین دن
2.	*If mild Vivax* Tab. Resochin / Nivaquine / Basoquin 250mg **PLUS**	پہلے دن چار گولیاں دوسرے دن چار گولیاں تیسرے دن دو گولیاں
3.	Tab. Panadol 500mg **PLUS**	دو گولیاں حسب ضرورت
4.	*If Vivax also give* Tab. Primaquin 15mg	ایک گولی روزانہ پندرہ دن کیلئے (تین دن بعد شروع کریں)

TEACHING POINTS:

* Advise to control mosquitoes and mosquito bites by spray, nets, full sleeve clothes, coils, mats, mosquito repellent etc.
* Refer all severe malaria cases after giving Artemether 80mg.
* Explain signs of severe malaria ie., drowsiness seizure, hypotension, black urine, hypoglycemia.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Artem DS plus	Artemether plus Lumefantrine
Maladar / Mael Era	Artemether plus Lumefantrine
Arceva	Artemether plus Lumefantrine
Resochin	Chloroquin
Nivaquine	Chloroquin
Basoquin	Chloroquin

Scanned with CamScanner

TYPHOID / PARATYPHOID / SEVERE GUT INFECTION

1.	Infusion Ringer's lactate 1000cc **PLUS** Inj. Oxidil / Rocephin 1G I/V **OR** Inj. Gravinate 10mg I/V **PLUS** Inj. Esso / Nexum / Risek 40mg I/V	ایک ٹیکہ صبح۔شام (تین دن) ایک ٹیکہ صبح۔شام (تین دن) ایک ٹیکہ صبح۔شام (تین دن) ایک ٹیکہ روزانہ
2.	Inj. Provas Infusion 1000mg **PLUS**	ایک ٹیکہ صبح۔شام
(تین دن کے بعد مندرجہ ذیل گولیاں شروع کریں)		
3.	Cap. Cefspan 400mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔شام (ایک ہفتہ کا کورس)
4.	Cap. Esso / Nexum / Risek 20mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔شام (ایک ہفتہ کا کورس)
5.	Tab. Panadol 500mg **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام
6.	Tab. Gravinate 25mg	ایک گولی صبح۔شام کھانے سے پہلے

- ☆ نرم غذا کھائیں۔
- ☆ پانی زیادہ پئیں۔
- ☆ آرام کریں۔
- ☆ پاخانے میں خون آئے یا کالا پاخانہ آئے تو ہسپتال میں داخل ہو جائیں۔
- ☆ بازار کی چیزیں ترک کر دیں۔
- ☆ گوشت اور انڈے اچھی طرح پکائیں۔
- ☆ سبزیاں، سلاد، فروٹ اچھی طرح دھوئیں۔

Scanned with CamScanner

TEACHING POINTS:

* Typhoid starts as a gut infection and then spreads all over the body.
* Order blood culture as the diagnostic test.
* Widal and typhi dot give false positive results.
* If the patient can't afford blood culture, empirically start antibiotics as per WHO guidelines.
* Other antibiotic options are Tab. Septran DS, 2 tabs B.D. Cap. Amoxil 500mg 2 Caps TDS.
* If GI symptoms are mild, you can start oral antibiotics directly.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Oxidil / Rocephin	Ceftriaxone
Gravinate	Diphenhydrinate
Esso / Nexum	Esomeprazole
Risek	Omeprazole
Provas Infusion	Paracetamol
Cefspan	Cefixime

Scanned with CamScanner

URETHRAL DISCHARGE SYNDROME IN MEN (STI)

(Treat Gonococcus & Chlamydia together)

1.	Inj. Oxidil/Rochepin/Zaftrox 250mg I/M **OR** Cap. Cafspan 400mg **PLUS**	ایک ٹیکہ پٹھے میں صرف ایک مرتبہ ایک گولی صرف ایک مرتبہ
2.	Tab. Azomax / Zetro 500mg	دو گولی صرف ایک مرتبہ

TEACHING POINTS:

* Advise condoms.
* Advise safe sexual practices.
* Educate about other STIs like HIV, hepatitis B, Syphilis
* Counsel about screening for STIs e.g., HIV, Hepatitis B, Syphilis.
* Advise to treat wife and other partners

ADVISE:

* Test after 3 months for
* Hepatitis B (HBsAg), HIV 1 and 2 Screening, Syphilis (VDRL).
* Partners may not like injections

FOR PARTNERS:

1.	Tab. Cefspan / Cefiget / Cebosh 400mg **PLUS**	ایک کیپسول صرف ایک مرتبہ
2.	Tab. Azomax / Zetro 500mg	دو گولی صرف ایک مرتبہ

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Oxidil/Rochepin/Zaftrox	Cefriaxone
Azomax / Zetro	Azithromycin
Cefspan / Cefiget / Cebosh	Cefixime

Scanned with CamScanner

WORM INFESTATION

(Roundworms)

1.	Syp. Zentel **OR** Tab. Zentel 200mg (2 tablets stat)	ایک پوری بوتل ابھی دوسری پوری بوتل ایک ہفتے بعد چھ ماہ بعد دوبارہ کورس کریں

☆ مٹی میں مت بیٹھیں۔

☆ کھانے سے پہلے ہاتھ دھویا کریں۔

TEACHING POINTS:

* You can also use Mebendazole (Vermox) 500mg stat or 100mg twice daily for 3 days.
* In case of tapeworms like Tinea saginatta or Hymenolipis nana advise Niclosamide as follows:
  Tab. Mesan / Yomesan 500mg

  چار گولیاں صبح خالی پیٹ دانتوں سے چبا کر دو سے تین گلاس پانی کے ساتھ کھائیں۔

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Zentel	Albendazole
Mesan / Yomesan	Niclosamide

Scanned with CamScanner

ACUTE LOW BACK PAIN WITH SCIATICA

1.	Cap. Esso / Risek / Nexum 20mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔شام ایک ہفتہ
2.	Tab. Feldene 20mg **OR** Any other NSAID in full dose **PLUS**	ایک ہفتہ ایک گولی صبح۔شام
3.	Tab. Ternelin / Movax 2mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔شام ایک ہفتہ
4.	Cap. Gabica / Zeegab 50mg	ایک کیپسول صبح۔شام ایک ہفتہ

☆ جھک کر کوئی چیز مت اٹھائیں۔

☆ کمر کو سہارا دے کر بیٹھا کریں۔

☆ سوتے وقت گھٹنوں کے نیچے تکیہ رکھیں۔

☆ سخت زمین / بیڈ پر تین سے چار انچ والا میٹرس استعمال کریں۔ بہت نرم یا بہت سخت جگہ پر مت سوئیں۔

☆ اگر پاؤں میں کمزوری آئے، پیشاب پاخانہ بے قابو ہو جائے یا رک جائے، رانوں کے درمیان جلد سن ہو جائے تو فوراً ہسپتال میں داخل ہو جائیں۔

TEACHING POINTS:

* Explain danger signs well.
* Advise X-ray lumbosacral spine (AP+Lateral) if fever, weight loss, trauma, nocturnal pain or no improvement in one month.
* Explain proper posture for sitting, sleeping, driving, lifting etc.
* Advise physiotherapy once sciatica settles otherwise patient will have more pain.
* Advise milk, yogurt and sun exposure.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Esso / Nexum	Esomeprazole
Risek	Omeprazole
Feldene	Piroxicam
Ternalin / Movax	Tizanidine
Gabica / Zeegab	Pregabalin

Scanned with CamScanner

CHRONIC LOW BACK PAIN

(With or without sciatica)

1.	Cap. Esso / Nexum / Risek 20mg **PLUS**	صبح۔شام۔کھانے سے پہلے
2.	Tab. Diclofenac 75mg / Naproxen 500mg **PLUS**	صبح۔شام۔کھانے کے بعد صرف ایک ہفتہ
3.	Tab. Ternelin 2mg / Nuberol Forte **PLUS**	صبح۔شام۔کھانے کے بعد صرف ایک ہفتہ
4.	Cap. Pregabalin 75mg **PLUS**	رات کھانے کے بعد ایک ہفتہ
5.	Tab. Tryptanol 25mg	رات کو جاری رکھیں۔

☆ آرام کریں۔

☆ جھک کر وزنی چیزیں مت اٹھائیں۔

☆ لیٹتے وقت گھٹنوں کے نیچے تکیہ رکھیں۔

☆ تین سے چار انچ والے میٹرس پر سوئیں۔ بہت زیادہ نرم یا بہت زیادہ سخت میٹرس پر مت سوئیں۔

☆ بیٹھتے وقت کمر کو سہارا دے کر بیٹھیں۔

☆ کھانے میں دودھ روزانہ استعمال کریں۔

☆ ہفتے میں آدھا گھنٹہ دھوپ میں بیٹھیں۔

TEACHING POINTS:

* Always ask about danger signs like loss of sensation or power in lower limbs, numbness of perineum, loss of control of bladder or bowels.
* Always ask about trauma, fever, weight loss and symptoms of prostate, breast or intestinal cancer.
* Do not advise X-ray if there are no danger signs or trauma.
* Do not advise MRI routinely for back pain.
* Ask whether the pain wakes the patient from sleep, is severe in the morning or is associated with fever or weight loss.

Scanned with CamScanner

* Ask about morning stiffness of more than 30 minutes which points towards inflammatory back pain.
* Ask about profession, working conditions, sitting arrangements, lifting weights; try to modify risk factors.
* Advise calcium and vitamin D.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Esso	Esomeprazole
Nexum	Esomeprazole
Risek	Omperazole
Ternelin	Tizanidine
Nuberol Forte	Paracetamol Plus Orphenadrine
Tryptanol	Amitriptyline

Scanned with CamScanner

CHRONIC FATIGUE SYNDROME (CFS)

1.	Tab. Tryptanol 25mg	آدھی گولی رات کو دس دن (رات 8 سے 9 بجے کے درمیان) پھر ایک گولی 10 دن پھر 2 گولیاں روزانہ جاری رکھیں۔

☆ واک شروع کریں۔

☆ روزانہ دو تین مرتبہ بستر میں آرام کریں۔

TEACHING POINTS:

- Look for tender cervical lymphadenopathy.
- Fatigue must be present for ≥4mo for adults and ≥3mo for children a diagnosis of CFS to be made.
- CFS has no diagnostic tests because it is a diagnosis of exclusion.
- Advise graded exercises with definite periods of rest.
- Rule out diabetes, thyroid disorder, chronic infections like TB, hepatitis by RBS, TSH, CRP, HepBsAg, HepCAb.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Tryptanol	Amitriptyline

Scanned with CamScanner

CARPAL TUNNEL SYNDROME

(Numbness and paresthesias in three and a half fingers on radial side, mostly at night, common in diabetes, hypothyroidism, pregnancy or wrist overuse)

1.	Cap. Pregabalin 75mg **PLUS**	رات کو کھانے کے بعد
2.	Tab. Voltral-SR 100mg / Dyclo SR 100mg / Fenac SR 100mg **PLUS**	رات کھانے کے بعد دس دن تک
3.	Dicloran Cream / Voltral Emugel / Brufen Cream / Feldene Cream	صبح۔شام کلائیوں پر لگائیں۔

☆ کلائیوں کی ورزش کریں۔

☆ آرام کریں۔ چند دنوں تک کپڑے دھونے، سلائی مشین چلانے وغیرہ سے پرہیز کریں۔

TEACHING POINTS:

* Only advise paracetamol and topical NSAIDS in pregnancy.
* Screen for diabetes, hypothyroidism and pregnancy.
* Do not advise nerve conduction studies, instead perform tinel and phalen tests clinically.
* Advise aggressive wrist stretching exercises to stretch the flexor retinaculum.
* If not responding consider steroid injection in carpal tunnel.
* If loss of thenar eminence, refer for surgery.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Voltral / Dyclo / Fenac	Diclofenac

Scanned with CamScanner

FROZEN SHOULDER

(Inability to lift arm or move arm freely, mostly in middle age or in diabetes)

1.	Tab. Esso 20mg / Nexum 20mg / Risek 20mg **PLUS**	صبح۔شام کھانے سے پہلے
2.	Tab. Diclofenac 50mg / Naproxen 500mg / Brufen 400mg **PLUS**	صبح۔شام کھانے کے بعد دو ہفتے تک
3.	Tab. Nuberol Forte / Wilgesic / Diagesic **PLUS**	صبح۔شام کھانے کے بعد
4.	Tab. Mecobal / Methycobal / Neuromet 500mcg	رات کو

☆ کندھے کے ورزش روزانہ کریں۔

☆ شوگر کو اچھی طرح کنٹرول کریں۔

TEACHING POINTS:

* Improve the control of blood sugar in diabetics.
* Advise exercises to prevent stiffness.
* Reassure the patient and educate about good prognosis.
* If frozen shoulder is severe or is not responding refer to orthopedic for intraarticular steroid injection.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Esso / Nexum	Esomeprazole
Risek	Omeprazole
Brufen	Ibuprofen
Nuberol Forte / Wilgesic / Diagesic	Paracetamol plus Orphenadrine
Mecobal / Methycobal / Neuromet	Methycobalamine

Scanned with CamScanner

FIBROMYALGIA

(11 out of 18 tender points)

1.	Tab. Tryptanol 25mg	آدھی گولی دس دن (رات 8 سے 9 بجے کے درمیان) پھر ایک گولی 10 دن پھر 2 گولی روزانہ جاری رکھیں

☆ واک کریں۔ آہستہ آہستہ واک کا دورانیہ بڑھائیں۔

☆ ماہر نفسیات سے CBT کروائیں۔

TEACHING POINTS:

* Rule out Diabetes, Thyroid, Inflammation of muscles by RBS, TSH, CRP.
* Reassure and address concerns.
* There is no diagnostic test for fibromyalgia. It is a diagnosis of exclusion.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Tryptanol	Amitriptyline

Scanned with CamScanner

GOUTY ARTHRITIS

(First Attack)

1.	Cap. Nexum 20mg / Esso 20mg / Risek 20mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔شام کھانے سے پہلے
2.	Cap. Indocid / Indomethacin 25mg **OR** Tab. Feldene 20mg / Brexin 20mg	ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام دو ہفتے کھانے کے بعد ایک گولی صبح۔شام دو ہفتے

☆ گائے اور بکرے کا گوشت، کلیجی، مغز، پائے وغیرہ سے پرہیز۔

☆ سبزیاں، دالیں، فروٹ، دودھ، دہی، انڈے زیادہ استعمال کریں۔

☆ پانی زیادہ پئیں۔

☆ روزانہ 2 کیلے کھائیں۔پنیر (Cheddar Cheese) استعمال کریں۔

☆ وزن کم کریں۔

TEACHING POINTS:

* Do not give Allopurinol / Febuxostat on first gouty attack.
* Give Allopurinol / Febuxostat if second gouty attack, uric acid stone, tophi or nephropathy develops.
* Start with 300mg Zyloric daily and reduce to minimum dose which keeps uric acid in normal range.
* Stop zyloric only if other lifestyle measures are able to keep uric acid in normal range

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Nexum / Esso	Esomeprazole
Risek	Omperazole
Indocid / Indomethacin	Indomethacin
Feldene / Brexin	Piroxicam
Zyloric	Allopurinol

Scanned with CamScanner

OSTEOARTHRITIS OF KNEES (WITHOUT KNEE EFFUSION)

1.	Tab. Diclofenac 50mg / Brufen 400mg / Naproxen 500mg / Tab. NISE 100mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔شام دو ہفتے کھائیں۔ (کھانے کے ساتھ)
☆	ایک ہفتہ صرف Panadol کھائیں۔پھر دوبارہ کورس کریں۔	
2.	Tab. Cartigen Plus / Gevelox Plus 500mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔شام جاری رکھیں
3.	Tab. Esegrow-D / Osnate-D / Cac 1000 Plus / Abocal **PLUS**	دن میں ایک مرتبہ جاری رکھیں
4.	Cap. Sg. Indrop-D 200000 units	ہر ہفتے بعد ایک کیپسول پئیں (صرف تین دفعہ)

☆ گھٹنے کی ورزش کریں۔
☆ نماز کی ورزش کریں۔
☆ وزن کم کریں۔
☆ ہموار زمین پر واک کریں۔
☆ گھٹنے کی مالش اور فزیوتھراپی کرائیں۔
☆ روزانہ دودھ پئیں۔

TEACHING POINTS:

* Osteoarthritis is a degenerative disease with mild inflammation.
* Key to treatment is weight reduction, quadriceps exercises, stopping inflammation.
* Improve bone and joint health.
* Give painkiller for brief periods only. Give knee injection if effusion.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
NISE	Nimesulide
Cartigen / Gevilox	Glycosaminoglycan Plus Chondriotin Sulphate
Esegrow-D / Osnate-D / Cac 1000 Plus / Abocal	Calcium Plus Vitamin D
Cap. Sg. Indrop-D	Vitamin D3 200000 units

Scanned with CamScanner

1.	Tab. Adronil / Boonest 150mg **PLUS**	ہر ماہ بعد ایک گولی کھائیں۔ تین سال کا کورس کریں پھر بند کریں۔ صبح خالی پیٹ گولی کھائیں۔ سادہ پانی کے ساتھ گولی کھائیں۔ ایک گھنٹہ لیٹنا، جھکنا اور کھانا منع ہے۔ ڈبے پر لکھی ہدایات کو اچھی طرح سمجھیں۔
2.	Inj. Vitamin D3, 600000 units I/M **OR** Inj. Indrop-D 200000 units I/M **PLUS**	ایک ٹیکہ صرف ایک مرتبہ ہر ہفتے بعد (تین مرتبہ صرف)
3.	Tab. Qalsan-D / Osnate-D / Esegrow-D Cac 1000 plus / Abocal	روزانہ

☆ دودھ، دہی کا استعمال بڑھائیں۔

☆ سردیوں میں دھوپ سینکیں۔

☆ ہموارز مین پر واک کریں۔

TEACHING POINTS:

* Counsel patient to stop smoking and decrease alcohol consumption.
* Give I/V bisphosphonates to those who cannot take oral.
* Inform patient about the possible side-effects with I/V preparation (fever, bodyaches etc.) Give Panadol if the patient experiences side effects.
* Inj. Adronil 3mg I/V slow push direct, every 3 months.
* Do not give bisphosophonates in heart failure and renal failure or to patients with multiple comorbids
* Alternate to Adronil are
  1. Tab. Osteopor / Drate 70mg / weekly (Alendronate) **OR** 150mg / monthly.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Tab. Adronil / Boonest 150mg	Ibendronate
Esegrow-D / Osnate-D / Cac 1000 Plus / Abocal	Calcium Plus Vitamin D
Inj. Indrop-D	Vitamin D3, 200000 units

Scanned with CamScanner

PLANTAR FASCIITIS

1.	Tab. Esegrow-D / Osnate-O / Qalsan-D / Cac 1000 plus / Abocal **PLUS**	ایک گولی روزانہ کھائیں
2.	Cap. Sgindrop-D / Sunny-D / D-Sun 200000 Units **PLUS**	ہر ہفتے بعد (3 ٹوٹل) دودھ کے ساتھ کھائیں
3.	Medial Arch support in shoes **PLUS**	
4.	Crepe bandage at night	

☆ جوتے کے اونچے پتاوے بنوائیں۔

☆ رات کو گرم پٹی سے پاؤں باندھیں۔

TEACHING POINTS:

* Mostly this condition occurs because of two factors vitamin-D deficiency and flat shoes/feet.
* Pain is worst when taking the first few steps in the morning or after rest, therefore use support / splints etc. at night time.
* If pain does not improve with vitamin D, calcium, shoe support, night time crepe bandage splints, then give Inj. Kenacort / Depomedrol 40mg plus Inj. Xylocaine 2% plain 1ml near the most tender point in the heel.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Esegrow-D / Osnate-D / Qalsan-D/Cac 1000 plus/ Abocal	Calcium + Vitamin D
Sgindrop-D / Sunny-D / D-Sun	Vitamin D3 200000 units

Scanned with CamScanner

RHEUMATOID ARTHRITIS

(Arthritis in both small and large joints on both sides of body with morning stiffness of more than 30 minutes, duration of arthritis more than 2 weeks, mostly in women)

1.	Inj. Kenacort 80mg / Depomedrol 80mg/ Lonacort 80mg Stat **PLUS**	صرف ایک بار گوشت میں لگائیں۔
2.	Tab. Methotraxate / Cytotraxate 10mg **PLUS**	ایک گولی صرف جمعہ کے دن کھانے کے بعد
3.	Tab. Folic Acid 5mg **PLUS**	ایک گولی روزانہ
4.	Cap. Esso 40mg / Nexum 40mg / Risek 40mg **PLUS**	ایک کیپسول صرف جمعہ کے دن کھانے سے پہلے
5.	Tab. HCQ 200mg **PLUS**	روزانہ ایک گولی
6.	Tab. Qaslan / Osnate-D / Esegrow-D / CaC 1000 / Abocal **PLUS**	ایک روزانہ
7.	Tab. Panadol 500mg	حسبِ ضرورت درد کیلئے

TEACHING POINTS:

* Rheumatoid Arthrtis is usually a clinical diagnosis.
* Confirm by Anti-CCP blood test.
* RA factor may be present in normal people and in other autoimmune diseases.
* Check activity of RA by ESR or CRP.
* Check CBC, SGPT(ALT), Creatinine and urine C/E before starting treatment, monitor these test at least 3 monthly.

Scanned with CamScanner

* Avoid Methotraxate during pregnancy.
* Convert to Sulphasalazine at least three months before conception.
* If not contolled by Methotraxate and HCQ, refer to rheumatologist to consider Leflunamide or other options.
* Consider treatment for osteoporosis if elderly.
* Use intra-articular steroid injections if there is monoarticular flare-up.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Kenacart / Lonacort Depomedrol	Triamcinolone Methylprednisolone
Cytotraxate	Methotraxate
Esso / Nexum	Esomeprazole
Risek	Omeprazole
HCQ	Hydroxychloroquine
Panadol	Paracetamol

Scanned with CamScanner

VITAMIN D DEFICIENCY

1.	Inj. Vitamin-D & 600000 units - I/M **OR** Inj. Indrop-D 200000 units I/M every week **PLUS**	ایک ٹیکہ صرف ایک مرتبہ ہر ہفتے بعد ایک ٹیکہ گوشت میں لگائیں (تین ہفتے)
2.	Tab. Qalsan-D / Cac 1000 Plus / Abocal / Sonate-D / Esegrow-D	روزانہ کھائیں

☆ سردیوں میں دھوپ میں آدھا گھنٹہ بیٹھا کریں۔

☆ دودھ، دہی کا استعمال زیادہ کریں

TEACHING POINTS:

* No need to test for Vitamin D because most of us are deficient.
* First replace with high dose (600000 units) then give maintenance therapy of 400 IU/day.
* Always give calcium at least 1000mg daily with Vitamin D
* Turn back towards sun for sun exposure.
* By exposing 10% of body to sun light, only 10 minutes are enough for one week.
* Advise sun exposure in morning or evening not in noon or afternoon.

Scanned with CamScanner

SEVERE CLUSTER HEADACHE

(Recurrent, severe unilateral headache causing disturbance in daily life, associated with tearing and rhinorrhea)

1.	Oxygen 10L/m x 5 minutes through face mask **OR** Cap. Zomig 2.5mg stat **PLUS**	حسب ضرورت
2.	Tab. Calan 40mg	ایک گولی صبح شام (6ماہ کا کورس)

TEACHING POINTS:

- Cluster headaches are very severe and occur around the same eye repeatedly causing ptosis, tearing and rhinorrhoea on the same side.
- Advise the patient to keep a small oxygen cylinder so that the patient can take oxygen whenever there is an acute attack. Oxygen is the drug of choice to stop an attack of cluster headache.
- Oxygen and Zomig (Zolmitriptan) are for an acute attack.
- Tab. Calan (Verapamil) is for prophylaxis.
- You can increase Zomig to 5mg if needed

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Zomig	Zolmitriptan
Calan	Verapamil

Scanned with CamScanner

MIGRAINE

(More than four attacks per month)

1.	Tab. Panadol Extra **PLUS**	دو گولیاں حسب ضرورت سر درد کے شروع میں کھائیں
2.	Tab. Maxalon **PLUS**	ایک گولی
3.	Tab. Inderal 10mg **OR** Tab. Topiramate 25mg **OR** Tab. Tryptanol 25mg	ایک گولی صبح۔شام چھ ماہ ایک گولی رات کو (ایک ہفتہ) پھر دو گولیاں یا (50mg) کی ایک گولی (6ماہ) ایک ہفتہ آدھی گولی رات کو پھر ایک گولی رات کو چھ ماہ تک مغرب اور عشاء کے درمیان جاری رکھیں

☆ جس چیز سے سر درد بڑھتا ہے اس سے بچیں۔

☆ اگر سر درد مسلسل ہو، رات کو جگاتا ہو، صبح سویرے زیادہ ہوتا ہو، ہاتھ پاؤں میں کمزوری آئے، بخار کے ساتھ ہو تو فوراً دوبارہ ڈاکٹر کو دکھائیں۔

TEACHING POINTS:

* If headache attacks are not controlled by Panadol extra & Maxalon, then advise Triptan (i.e., Tab. Zomig 2.5mg).
* Combination of Sumatriptan & Naproxen is also available (i.e., Tab. Sumoxen 85/500mg).
* Always address patient's concerns .
* Control triggers of migraine.
* If less than 4 attacks per month, then only give analgesic.
* Avoid giving tramadol on regular basis because it can cause medication overuse headache.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol Extra	Paracetamol Plus Coffiene
Maxalon	Metoclopramide
Inderal	Propranolol
Hitop	Topiramate
Tryptanol	Amitriptyline
Sumoxen	Sumatriptan Plus Naproxen

Scanned with CamScanner

TENSION HEADACHE

(Band like headache related to stress, without danger signs)

1.	Tab. Panadol 500mg **PLUS**	2 گولی حسب ضرورت
2.	Tab. Tryptanol 25mg	آدھی گولی رات کو (ایک ہفتہ) 8 سے 9 بجے کے درمیان پھر ایک گولی رات کو ایک ہفتہ پھر ڈیڑھ گولی رات کو ایک ہفتہ پھر 2 گولیاں رات کو جاری رکھیں۔

☆ واک کریں۔

☆ نیند پوری کریں۔

☆ ماہر نفسیات سے اپنی CBT کرائیں۔

TEACHING POINTS:

* Address the concerns of the patient appropriately
* Advise coping skills, consider CBT
* Increase Tryptanol till remission of symptoms and bearable side effect.
* If Tryptanol is not effective or causes side effects consider SNRI like Cap. Duloxetine 20mg, e.g,
  Cap. Dulan / Hapibar / Zenbar 20mg ایک کیپسول رات کو دس دن
  پھر دو کیپسول رات کو جاری رکھیں

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol	Paracetamol
Tryptanol	Amitriptyline
Dulan / Hapibar / Zenbar	Duloxetine

Scanned with CamScanner

BENIGN PROSTATIC HYPERTROPHY

1.	Tab. Tamsolin / Flexiflow / Maxflow / Flowmax, 0.4mg	رات سوتے وقت

- ☆ اٹھتے اور کھڑے ہوتے ہوئے احتیاط کریں۔
- ☆ رات کو پانی مت پئیں۔
- ☆ چائے، کافی، کولڈ ڈرنک کا استعمال کم کریں۔
- ☆ نیند، سکون اور الرجی کی دوائیوں سے پرہیز کریں۔

TEACHING POINTS:

* Check PSA and ultrasound prostate to screen for prostate Ca.
* Check Urine C/E to rule out UTI.
* If Tamsulosin alone is not effective start combination of Tamsulosin and Dutasteride i.e., Tamsolin plus, Flowmax-D, Duodart etc.
* Drugs with anticholinergic side effects like TCA, Antihistamine, Phenothiazine etc., may cause prostatic symptoms.
* Other Alpha blockers may be used like Hytrin, Xatral etc.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Tamsolin/Flexiflow/Maxflow/ Flowmax	Tamsulosin
Tamsolin-D / Maxflow-D / Duodart	Tamsulosin Plus Dutasteride

Scanned with CamScanner

LOWER URINARY TRACT INFECTION

(In a woman of childbearing age)

(Bladder symptoms only e.g., burning, increased frequency etc., no flank pain, high fever)

1.	Syp. Citralka **PLUS**	ایک گلاس پانی میں ایک چمچ شربت ڈالیں اور صبح۔دوپہر۔شام پئیں
2.	Cap. Genurin Forte **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔شام تین دن
3.	Cap. Amoxil 500mg **OR** Tab. Augmentin 625mg **OR** Tab. Septran-D **OR** Tab. Nitrofurantoin 100mg	ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام ایک ہفتے کا کورس ضرور مکمل کریں ایک گولی صبح۔شام ایک ہفتے کا کورس ضرور مکمل کریں ایک گولی صبح۔شام ایک ہفتے کا کورس ضرور مکمل کریں

INVESTIGATIONS:

* Urine C/E

☆ پانی زیادہ پئیں۔

TEACHING POINTS:

* In women of childbearing age, most common organism is E.coli and infection is an ascending one, not hematogenous.
* WHO recommends simple antibiotics for one week only.
* Ciprofloxacin and Ceftriaxone are given for pyelonephritis, not bladder infection.
* Do not give Linezolid or Meropenam in primary care.
* Urine C/E will show:
  1. Increased Leucocyte Esterase
  2. Increased Nitrites

Scanned with CamScanner

3. Increased WBC/Leukocyts more than 6 per high power field
4. Bacteria more than 6 per high power field

* Men, young girls, elderly women, those with comorbids, those with abnormalities of urinary tract should have urine culture sensitivity and ultrasound KUB also.
* Those with kidney pain need urine C/S, Ciprofloxacin / Ceftriaxone for 2 weeks because pyelonephritis can damage the kidney.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Citralka	Sodium Citrate
Genurin Forte	Flavuxate
Amoxil	Amoxicillin
Augmentin	Co-Amoxicillin
Septran-DS	Trimethoprim + Sulphamethoxazole
Nitrofurantoin	Nitrofurantain

Scanned with CamScanner

RENAL COLIC

1.	Inj. Dicloran / Voren / Voltran 75mg I/M Stat (If no improvement)
	Add
2.	Inj. Kinz 10mg / Inj. Tramal 100mg I/V Stat
	Plus
3.	Inj. Gravinate 10mg I/V Stat

TEACHING POINTS:

* Advise urine complete exam, creatinine and ultrasound KUB.
* If pain does not settle after Diclofenac and Kinz, then advise Inj. Nospa / Spasfon I/V stat.
* If moderate hydrophrosis, refer to urologist.
* If there is moderate hydronephrosis, refer to urologist.
* If associated with fever and flank heaviness, advise Ciprofloxacin or Ceftriaxone and refer.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Dicloran / Voren / Voltran	Diclofenac
Tramal	Tramadal
Gravinate	Diphenhydrinate
Kinz	Nalbufen

Scanned with CamScanner

UPPER URINARY TRACT INFECTION (PYELONEPHRITIS/PROSTATITS)

1.	Tab. Panadol 500mg **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام
2.	Tab. Ciproxin / Novidat / Cyrocin 500mg **OR** Inj. Ceftriaxone 1G	ایک گولی صبح۔شام چودہ دن ایک ٹیکہ صبح۔شام چودہ دن

☆ پانی زیادہ پئیں۔
☆ آرام کریں۔

ADVISE:

* Urine C/E
* Urine Culture / Sensitivity
* Ultrasound KUB
* Semen analysis + C/S if Prostatitis is suspected

TEACHING POINTS:

* Pyelonephritis is a serious disease and may lead to renal scarring and failure.
* Start treatment and arrange referral to nephrologist.
* If ultrasound shows renal stone or hydronephrosis refer to urologist.
* Avoid nephrotoxic drugs and dehydration.
* Prostatitis is treated with 4 weeks of the same antibiotics.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol	Paracetamol
Ciproxin / Novidat / Cyrocin	Ciprofloxacin

Scanned with CamScanner

DEPRESSION

1.	Tab. Seradep / Citanew / Estar 20mg **OR** Cap. Depricap / Flux / Zauxit 20mg **OR** Tab. Zoloft / Sert / Serlin 100mg **OR** Tab. Paraxyl / Paroxin 20mg **OR** Tab. Paraxyl-CR / Paroxitine-CR 12.5mg	آدھی گولی روزانہ دس دن رات کو پھر ایک گولی روزانہ رات کو ایک کیپسول روزانہ دس دن پھر دو کیپسول روزانہ آدھی گولی روزانہ دس دن پھر پوری گولی روزانہ ایک گولی روزانہ ایک گولی روزانہ

☆ ایک سال تک جاری رکھیں

TEACHING POINTS:

* Educate family about early signs of suicidal ideation.
* Advise walk and exercise.
* Advise to make an activity plan like watering of flowers daily, meeting friends and family, bringing groceries etc.
* Educate well about side effects and delay in improvement and suicidal ideas.
* Rule out hypothyroidism by TSH.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Seradep/Citanew/Estar	Escitalopram
Depricap / Flux / Zauxit	Fluoxetine
Zoloft / Sert / Serlin	Sertralin
Paraxyl / Paroxin	Paroxitine
Paraxyl-CR / Paroxtine-CR	Paroxitine Controlled Release

Scanned with CamScanner

GENERALIZED ANXIETY DISORDER

(With or without panic attacks)

1.	Tab. Citanew 10mg / Seradep 10mg / Estar 10mg **OR** Tab. Zoloft / Sert / Serlin 50mg **OR** Cap. Depricap / Flux / Zauxit 20mg **PLUS**	رات کھانے کے بعد ایک سال کا کورس ایک گولی رات کھانے کے بعد ایک سال کا کورس ایک گولی صبح کو دس دن ایک سال کا کورس
2.	Tab. Inderal 10mg	ایک گولی صبح۔شام

TEACHING POINTS:

* Educate well about side effects like delay in improvement and suicidal ideas.
* Advise exercise.
* Advise CBT by clinical psychologist.
* Rule out hyperthyroidism by TSH and FT4.
* The same treatment can be used for all anxiety disorders, phobias etc.
* Do not advise Benzodiazepines.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Citanew / Seradep / Estar	Escitalopram
Zoloft / Sert / Serlin	Sertralin
Depricap / Flux / Zauxit	Fluoxetine
Inderal	Propranolol

Scanned with CamScanner

INSOMNIA

1.	Tab. Tryptanol 25mg **OR** Cap. Restoril 30mg **OR** Tab. Stillnox / Xolnox / Zolp / Somnia 10mg	آدھی گولی شام آٹھ بجے۔ایک ہفتہ پھر پوری گولی شام آٹھ بجے روزانہ رات 9 سے 10 بجے کے درمیان رات 9 سے 10 بجے کے درمیان

- ☆ دن کو واک کریں۔
- ☆ دن کو مت سوئیں۔
- ☆ چائے، کافی، کولا ڈرنک کا استعمال کم کریں۔
- ☆ کمرے میں اندھیرا اور خاموشی رکھیں۔
- ☆ بستر میں اس وقت جائیں جب نیند محسوس ہو۔

TEACHING POINTS:

* Avoid Tryptanol in men above the age of 50 due to risk of urinary retention.
* Educate about side effects of Tryptanol like dry mouth, constipation, dizziness.
* Consider drug treatment only when insomnia is severe, disabling or extremely distressing for the patient.
* Only prescribe a few weeks' supply of Benzodiazepines or Zolpidem due to the potential for dependence and abuse.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Tryptanol	Amitryptyline
Restoril	Temazepam
Stillnox / Xolnox / Zolp / Somnia	Zolpidem

Scanned with CamScanner

ASTHMA

1.	Clenil Forte / Bekson Forte inhaler **PLUS**	تین ماہ جاری رکھیں۔ دو پف صبح۔شام
2.	Ventolin / Salbu inhaler **PLUS**	حسب ضرورت
3.	Tab. Myteka / Aerokast / Monteget 10mg	ایک گولی روزانہ۔(تین ماہ)

☆ پھولوں، دھول، مٹی، جانوروں، پرندوں سے دور رہیں۔
☆ گھر میں فرش پر گیلا پوچا لگائیں
☆ Vacuum cleaner سے قالین صاف کریں۔
☆ رات کو صاف بستر جھاڑ کر سوئیں۔
☆ سگریٹ نوشی ترک کر دیں۔

TEACHING POINTS:

* Educate about triggers of asthma like dust, fumes, pets, flowers etc.
* Teach inhaler technique
* Check inhaler technique
* Your target should be no daytime or nighttime symptoms
* Advise to do gargles after steroid inhaler
* You can also use Combivair 200mcg or 400mcg if the patient cannot use an inhaler.
* You can advise spacer / chamber if the patient cannot take inhaler directly.
* Advise pneumococcal and flu vaccine.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Clenil Forte / Bekson Forte inhaler	Beclomethasone
Ventolin / Salbu inhaler	Salbutamal
Myteka / Aerokast / Monteget	Montelukast

Scanned with CamScanner

ACUTE BRONCHITIS

1.	Tab. Panadol 500mg **PLUS**	دو گولی صبح۔دوپہر۔شام تین دن
2.	Syp. Muconyl **OR** Syp. Ventolin Expectorant **OR** Syp. Suduri (Sugar free for Diabetics) **PLUS**	دو چھوٹے چمچ صبح۔شام دو چمچ صبح۔دوپہر۔شام دو چمچ صبح۔دوپہر۔شام دس دن
3.	Joshanda	ایک پیکٹ صبح۔دوپہر۔شام

☆ بھاپ لیں۔

☆ سگریٹ نوشی ترک کردیں۔

TEACHING POINTS:

- Mostly viral.
- Patient may have wheeze and harsh breathing because of secretions in airways.
- Lungs do not show signs of consolidation.
- Do not give antibiotics routinely.
- Write Amoxicillin if sputum is purulent, patient is sick or has pre-existing comorbids

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol	Paracetamol
Muconyl	Terbutaline + Guaifenesin
Ventolin Expectorant	Salbutamol + Guaifenesin
Suduri	Herbal mixture
Joshanda	Herbal mixture

Scanned with CamScanner

COMMUNITY ACQUIRED PNEUMONIA

Mild to moderate

(Signs of lobar pneumonia, no danger signs)

1.	Tab. Panadol / Calpol / Febrol 500mg **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام
2.	Cap. Amoxil 500mg **PLUS**	ایک کیپسول صبح۔دوپہر۔شام دس دن
3.	Syp. Muconyl **OR** Syp. Ventolin Expectorant	دو چھوٹے چمچ صبح۔شام دو چمچ صبح۔دوپہر۔شام
4.	Joshanda	

☆ آرام کریں۔

☆ طبیعت بگڑ جائے یا گردن اور سر میں درد ہو تو دوبارہ ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔

☆ دو دن بعد ڈاکٹر کو دکھائیں۔

☆ پانی زیادہ پئیں۔

TEACHING POINTS:

* Most common organisms are strep pneumonae, hemophillus etc, which are sensitive to Amoxicillin.
* In penicillin allergy write macrolide or cephalosporin i.e., Tab. Klaricid 500mg twice a day for one week OR Cap. Keflex 500mg/Ceporex 500mg/Cedrox 500mg three times a day.
* If atypical pneumonia is suspected and patient is not pregnant or lactating, the write Cap. Vibramycin 100mg twice a day for 2 weeks. If pregnant, then give Klaricid

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol / Calpol / Febrol	Paracetamol
Amoxil	Amoxicillin
Muconyl	Terbutaline + Guaifenesin
Ventolin Expectorant	Salbutamol + Guaifenesin
Joshanda	Herbal mixture

Scanned with CamScanner

ATYPICAL COMMUNITY ACQUIRED PNEUMONIA

(Mild to Moderate; signs of atypical pneumonia) (i.e., young patient, mild disease, GI symptoms, bilateral lung signs)

1.	Tab. Panadol / Calpol / Febrol 500mg **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام
2.	Cap. Vibramycin 100mg **OR** Tab. Klaricid 500mg **PLUS**	دو کیپسول صبح۔شام چودہ دن ایک گولی صبح۔شام سات دن
3.	Tab. Motilium / Domel 10mg	ایک گولی صبح۔دوپہر۔شام تین دن (کھانے سے پہلے)

☆ آرام کریں۔

☆ پانی زیادہ پئیں۔

☆ وزنی کام سے پرہیز کریں۔

TEACHING POINTS:

* Atypical pneumonia is the clinically milder pneumonia.
* Atypical pneumonia has bitateral chest findings and GI symptoms.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Panadol / Calpol / Febrol	Paracetabol
Vibramycin	Doxycycline
Klaricid	Clarithromycin
Motilium / Domel	Domperidone

Scanned with CamScanner

SEVERE COMMUNITY ACQUIRED PNEUMONIA

(Signs of hypoxia e.g. drowsiness, lethargy, Seizure, cyanosis, severe sickness, signs of respiratory failure like shortness of breath, use of accessory muslces of respiration, chest indrawing etc.)

1.	Inj. Oxidil / Rocephin / Zaftrox 1G I/V **PLUS** Inj. Klaricid 500mg I/V BD	ایک ٹیکہ صبح شام ایک ٹیکہ صبح شام
2.	**OR** Tab. Augmentin 1G BD **PLUS** Tab. Klaricid 500mg **PLUS**	ایک گولی صبح۔شام ایک گولی صبح۔شام
3.	Tab. Panadol 500mg **PLUS**	دو گولیاں صبح۔دوپہر۔شام
4.	Ventolin nebulizer 20 drops + 5ml N/S	دوائی کے بیس قطرے صبح۔دوپہر۔شام نیبولائز کریں دس دن کا کورس

INVESTIGATIONS

* Chest X-ray (PA View)
* CBC
* Oxygen by pulse oximeter

☆ آرام کریں۔

☆ پانی زیادہ پئیں۔

☆ طبیعت خراب ہوتو ہسپتال میں داخل ہوجائیں۔

TEACHING POINTS:

* Severe pneumonia has high mortality.
* Be careful with elderly (more than 65 years), diabetic, immunocompromised, those with heart or lung condition etc. and refer them for admission.
* Use CRB-65 score to decide about admission.
* Do not hesitate to refer or admit patients with severe

Scanned with CamScanner

pneumonia.

* Check oxygen satuation initially and regularly.
* If you are sending the patient home for unavoidable reasons, explain the danger signs well.
* Advise pneumococcal vaccine to all above age 60, immunocompromised, and those with heart and lung conditions.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Oxidil / Rocephin / Zaftrox	Cefriaxone
Klaricid	Clarithromycin
Augmentin	Co-Amoxiclave
Panadol	Paracetamol
Ventolin nebulizer	Salbutamol

Scanned with CamScanner

1.	Combivair Rotahaler 200mcg / 400mcg **PLUS**	ایک پف صبح شام
2.	Tiovair Rotahaler 18mcg **PLUS**	ایک مرتبہ صبح جاری رکھیں
3.	Inj. Prenevar OR Synflorix vaccine **PLUS**	ایک ٹیکہ پٹھے میں ایک مرتبہ
4.	Inj. Influvac Vaccine	ایک ٹیکہ پٹھے میں (ہر سال خزاں کے موسم میں)

سگریٹ نوشی ترک کر دیں۔ ☆

TEACHING POINTS:

* Always advocate cessation of smoking.
* Encourage that condition will improve if the patient stops smoking.
* Start with either Combivair or Tiovair and add another inhaler if needed.
* You can increase the dose of combivair to 400mcg twice a day.
* Oral steroids are prescribed in acute exacerbation of COPD only.
* Do not write montelukast unless the patient has both asthma and COPD.
* In acute exacerbation of COPD, add one week course of oral steroid and oral antibiotic e.g., Tab. Deltacortil (prednisone) 5mg 3 tablets BD and Cap. Amoxil 500 three times a day.

Scanned with CamScanner

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Combivair Rotahaler	Budesonide 400m, Plus Formeterol 6mcg
Tiovair Rotahaler	Tiotropium
Prenevar/Synflorix vaccine	Pneumococcal Vaccines Polyvalent
Influvac Vaccine	Influenza Vaccine

Scanned with CamScanner

PULMONARY TUBERCULOSIS

(Weight of Patient 50kg)

1.	Tab. Myrin-P Forte **PLUS**	تین گولیاں روزانہ، صبح خالی پیٹ۔ دو ماہ تک
2.	Tab. Vita-6 50mg	ایک گولی روزانہ۔ دو ماہ کا کورس اس کے بعد
3.	Tab. Rimactal-INH 600/300 **PLUS**	دو ماہ بعد یہ گولی شروع کریں ایک گولی روزانہ صبح خالی پیٹ چار ماہ کا کورس
4.	Tab. Vita-6 50mg	ایک روزانہ ۔ چار ماہ

TEACHING POINTS:

* Advise Gene-Xpert before the start of ATT.
* Educate about side effects of ATT.
* Advise to repeat the dose if the patient vomits the ATT within one hour.
* Advise to repeat sputum testing at two months, five months and end of course.
* Advise to keep month covered, avoid crowded places, avoid spitting.
* Advise balanced diet.
* Educate about compliance till completion of course.
* If sputum smear remains positive or becomes positive send sputum culture and refer patient to MDR TB site.

FORMULAS:

Brand Name	Generic Name
Myrin-P Forte	Pyrazinamide+Isoniazid+ Ethambutol + Rifampicin
Vita-6 50mg	Vitamin B6
Rimactal-INH	Rifampicin + Isoniazid

Scanned with CamScanner

Sr. No.	Topic	Page No.
	Cardiology	
1	Acute Coronary Syndrome in a GP clinic Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020) Page 1067	3
2	Hypetension Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020) Page 221	4
3	Hypertension and LVF and Diabetes Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 220	5
4	Left Ventricular Failure Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 234	6
	Dental	
5	Dental Pain Reference: https://www.aafp.org/afp/2018/1201/p654.html	9
6	Gingivitis Reference: https://www.aafp.org/afp/2018/1201/p654.html	10
7	Mouth Ulcers Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 909	11
8	Oral Thrush/Oral Candidiasis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 610	12
	Dermatology	
9	Abscess Reference: https://www.aafp.org/afp/2015/0915/p474.html	14
10	Acne Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 589	15
11	Acne (moderate to severe) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 589	16

Scanned with CamScanner

12	Eczema Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 580	17
13	Bacterial Skin Infection Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 607	18
14	Infected Eczema or Eczematized Infection Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 580	19
15	Fungal Skin Infection Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 610-611	20
16	Generalized Itching Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 566	21
17	Head Lice Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 612	22
18	Melasma Reference: https://www.aafp.org/afp/2017/1215/p797.html https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2807702/	23
19	Melasma Reference: https://www.aafp.org/afp/2017/1215/p797.html	23
20	Scabies Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 613	24
	Endocrinology	
21	Diabetes (Type II) (Prescription 1) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 320-321	26
22	Diabetes (Type II) (Prescription 2) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 320-321	27
23	Diabetes (Type II) (Prescription 3) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 320-321	28

Scanned with CamScanner

24	Hypothyroidism Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 335	29
25	Hyperthyroidism Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 334	30
	Emergencies	
26	Bee Sting Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 661	32
27	Canine Bite (Dog, Cat, Monkey) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 1091	33
28	Gunshot / Stab Wounds/Penetrating Abdominal Injury Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 1088	34
29	Head Injury Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 1094	35
30	Road Traffic Accidents Wounds (With Abrasions) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 1088	36
31	Insect Bite (Ticks, Fleas, Flies, Beetles etc.) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 1091	38
32	Rat Bite Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 1091	39
33	Scorpion Sting Reference: aafp.org/afp/2009/1015/p793.html	40
34	Allergic Reactions Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 660-661	41
35	Burns Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), 1096	43

Scanned with CamScanner

36	Acute Soft Tissue Injury Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), 1092	44
37	Acute Muscular Spasm Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), 449, 555	45
38	Acute Appendicitis Reference: https://www.aafp.org/afp/2018/0701/p25.html	46
39	Acute Peritonitis in Primary Care Reference: https://www.aafp.org/afp/2010/0915/p694.html	47
40	Acute Cholecystitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 401	48
	Ear, Nose and Throat	
41	Acute Otitis Media Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 924	50
42	Acute on Chronic Otitis Media Reference: https://www.aafp.org/afp/2007/1201/p1650 html	52
43	Acute Sinusitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 920	53
44	Acute Laryngitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 921	55
45	Allergic Rhinitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 921	56
46	Bacterial Tonsillitis / Pharyngitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 912	57
47	Common Cold Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 292	58

Scanned with CamScanner

48	Common Cold with Secondary Bacterial Infection Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 292, 912	59
	Eye	
49	Viral Conjunctivitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 944	62
50	Allergic Conjunctivitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 944	63
51	Bacterial Conjunctivitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 944	64
52	Stye or Infected Chalazion or Infection of Eye Lids Reference: https://www.aafp.org/afp/1998/0601/p2695.html	66
	Obstetrics and Gynecology	
53	Menorrhagia Control Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 684	68
54	Vaginal Discharge (Without PID) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 712-713	70
55	Vaginal Discharge (With PID or PID alone) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 715	71
	Gastrointestinal Medicine	
56	Anal Fissure Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 375	73
57	Acute Viral Hepatitis in Children Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 394	74
58	Dysentery without Fever (Amebic) Reference: https://www.aafp.org/afp/2014/0201/p180.html	76

Scanned with CamScanner

59	Diarrhea without Fever or GI Bleeding Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 347	78
60	Hiccups Reference: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3114667/	80
61	Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 358	81
62	Hemorrhoids Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 374	82
63	Irritable Bowel Syndrome (Diarrhea Predominant) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 389	83
64	Irritable Bowel Syndrome (Constipation Predominant) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 389	84
65	PerianalInfection / Abscess Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 375 https://www.aafp.org/afp/2012/0315/p624.html	85
	Hematology	
66	Anemia (Iron Deficiency) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 640	87
67	Iron Deficiency Anemia in Child Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 640	88
	Infectious Diseases	
68	Brucellosis Reference: https://www.aafp.org/afp/2007/1101/p1314.html	90
69	Malaria Reference: https://www.who.int/activities/treating-malaria	91

Scanned with CamScanner

70	Typhoid / Paratyphoid / Severe Gut Infection Reference: https://www.mmidsp.com/typhoid-management-guidelines-2019/	92
71	Urethral Discharge Syndrome in Men (STI) Reference: https://www.who.int/hiv/topics/vct/sw_toolkit/guidelines_management_sti.pdf	94
72	Worm Infestation (Roundworms) Reference: https://www.cdc.gov/parasites/ascariasis/health_professionals/index.html#tx	95
	Musculoskeletal System	
73	Acute Low Back Pain with Sciatica Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 450, 189	97
74	Acute Low Back Pain with Sciatica Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 450	97
75	Chronic Low Back Pain with or Without Sciatica Reference: https://www.aafp.org/afp/2009/0615/p1067.html	99
76	Chronic Fatigue Syndrome (CFS) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 503	101
77	Carpal Tunnel Syndrome Reference: https://www.aafp.org/afp/2016/1215/p993.html	102
78	Frozen Shoulder Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 454	103
79	Fibromyalgia Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 505	104
80	Gouty Arthritis (First Attack) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 495	105

Scanned with CamScanner

81	Osteoarthritis of Knees (Without Knee Effusion) Reference: https://www.aafp.org/afp/2012/0101/p49.html https://rheumatology.medicinematters.com/osteoarthritis-/diet-and-nutrition/vitamin-d-has-potential-benefits-for-people-with-osteoarthritis-/16929090	106
82	Osteoarthritis of Knees (Without Knee Effusion) Reference: https://www.aafp.org/afp/2012/0101/p49.html	108
83	Osteoporosis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 484	108
84	Planter Fasciitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 472 https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2858539/#:~:text=If%20a%20patient%20has%20sever-al,by%20checking%20Vitamin%20D%20levels.	110
85	Planter Fasciitis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 472	110
86	Rheumatoid Arthritis Reference: https://www.aafp.org/afp/2011/1201/p1245.html	111
87	Vitamin D Deficiency Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 472	113
	Neurology	
88	Cluster Headache Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 531	115
89	Migraine Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 528	116
90	Tension Headache Reference: https://www.aafp.org/afp/2002/0901/p797.html	118

Scanned with CamScanner

	Nephrology and Urology	
91	Benign Prostatic Hypertrophy Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 430	120
92	Lower Urinary Tract Infection (in a woman of childbearing age) Reference: https://www.aafp.org/afp/2006/0115/p293.html	121
93	Renal Colic Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 531	123
94	Upper Urinary Tract Infection (Pyelonephritis / Prostatitis) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 423	124
	Psychiatry	
95	Depression Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 982	126
96	Generalized Anxiety Disorder Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 970-971	127
97	Insomnia Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 168	128
	Pulmonology	
98	Asthma Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 282	128
99	Acute Bronchitis Reference: https://www.aafp.org/afp/2016/1001/p560.html	129
100	Community Acquired Pneumonia (Mild to Moderate) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 295	130
101	Atypical Community Acquired Pneumonia (Mild to Moderate) Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 295	131

Scanned with CamScanner

102	Severe Community Acquired Pneumonia Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 295	132
103	COPD Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 286	134
101	Pulmonary Tuberculosis Reference: Oxford Handbook of General Practice 5th Edition (2020), Page 297	135

Scanned with CamScanner